5/1/2011.



నూతన సంవత్సర శుభాకాంక్షలు

అఖిల

అఖిలభారత పత్రిక – జనవరి 2011

దివ్య శక్తి

ఆహారము — తిండి

K.S.Reddy
5/1/2011

విషయసూచిక

అనుబంధం

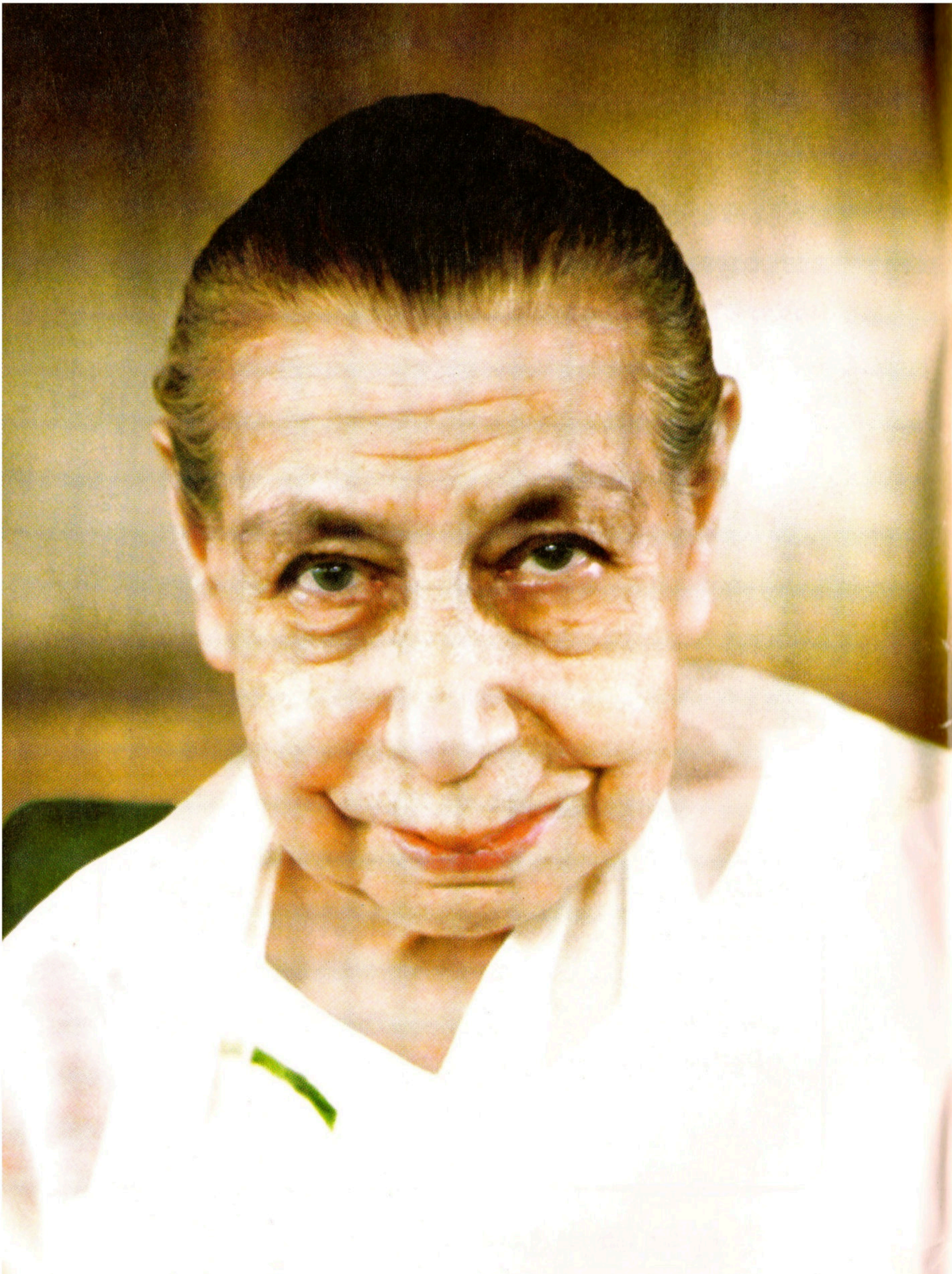
ఆగస్టు 15 దర్శన సందేశం

దేనినైనా సందేహించవచ్చు. కాని భగవంతుడ్ని మాత్రమే కాంక్షించేవారు భగవంతుడ్ని పొందడం నిశ్చయం. రెండు రెళ్ళు నాలుగు కన్నా నిశ్చయం. ప్రతి సాధకుని హృదయంలో అటువంటి అకుంఠిత విశ్వాసం ఉండాలి. ప్రతి తప్పటడుగులో, అగ్నిపరీక్షలో, విఘాతంలో అది అతనికి ఆధారంగా ఉంటుంది.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: కె. యజ్ఞన్న

అట్ట మీద పుష్పానికి శ్రీమాత ఇచ్చిన ప్రాధాన్యత: **'దివ్యశక్తి'**



నిశ్చలంగా కూర్చుని అంతరంగంలోకి వెళ్లు

నవంబరు, 29, 1913

ఈ అలజడి, ఈ కదలికలు, ఈ నిష్ప్రయోజనమైన కలవరపాటంతా ఎందుకు? తుఫానులో చిక్కుకున్న కీటకాల దండువలె ఈ ఒడుదుడుకుల సుడిగాలిలో మనుషులెందుకు కొట్టుకుపోతున్నారు? ఫలితం లేని ప్రయత్నాలు, వృధా అగుచున్న శక్తి సామర్థ్యాలు చూచుటకు ఎంత విచారకరము! ఏమి ఆడిస్తున్నారో, ఎవరు ఆడిస్తున్నారో తెలియని తోలుబొమ్మలలాగ, ఈ మనుషులు ఆడటం ఎప్పుడు ఆపుతారు? నిశ్చలంగా కూర్చుని అంతర్ముఖులై, తమను తాము గుర్తించి, ఆ పరమాత్ముని యొక్క అమూల్యసంపదకు, ఆతని అనంత వరాలకు అడ్డుగానున్న అంతఃద్వారాన్ని తెరవడానికి వీరికి ఎప్పుడు సమయం దొరుకుతుంది?

అజ్ఞానము, అస్పష్టతలతో, మతిలేని ఆవేశంతో నిరుపయోగంగా చెల్లాచెదురై వున్న వీరి జీవితాలు ఎంత విచారకరంగా, ఎంత నికృష్టంగా ఉన్నాయి! ఎప్పుడు భగవంతుని మహోన్నత దివ్యతేజములోని ఒక కాంతికిరణము, ఆ దివ్యప్రేమలోని ఒక బిందువు, ఈ దుఃఖాన్ని ఆనందాంబుధిగా మారుస్తుంది!

హే భగవాన్, మీకై నా హృదయము నుండి ఎగసివస్తున్న విన్నపమది: మీ నిశ్చల ప్రసన్నత నుండి ఉదయించిన శాంతిని, ప్రశాంత ప్రబల శక్తిని జనులు తెలుసుకుందురు గాక — ఎవరి నేత్రములు ఉన్మీలతములైనవో, ఎవరు వారి తేజోమయ అంతరంగమునందు మీ పై ధ్యాసను నిలుపుకోగలరో, అట్టి వారి ప్రత్యేక హక్కు ఇది.

కాని దైవము అభివ్యక్తమయ్యే సమయము ఆసన్న మైనది.

త్వరలో ఉల్లాసభరిత విజయగీతికలు నలుదిక్కులా మార్మోగుతాయి.

ఈ ఉత్సవ వేళలో భక్తితో శిరస్సు వంచి నమస్కరిస్తున్నాను.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: సిద్దులగారి త్రివేణి



ప్రీతి ఘోష్‌గారి వర్ణచిత్రం

నిన్ను నీవు తెలుసుకో — నీ కర్తవ్యాన్ని తెలుసుకో

మనలోని ప్రతి ఒక్కరి ఆత్మ మరియు ఆ అద్వితీయ విశ్వాత్మ ఒక్కటే. అస్తిత్వము కలిగి వున్న అన్నింటిలోను అనంతకాలం నుండి ఒకే మూలపదార్థం, ఒకే మూలతత్వం కొనసాగుతున్నందున, ఎందుకు మనము అస్తిత్వాన్ని మూలపదార్థానికి భిన్నంగా చూస్తున్నాం? మనకు, మన ప్రారంభానికి మధ్య ఎందుకు అంతరం ఏర్పరుస్తున్నాం?

సనాతన సాంప్రదాయం చక్కగా నిర్వచించింది 'మన మూలము, మనము, మన దైవము ఒక్కటే', అని.

ఈ ఏకత్వాన్ని ఏదో ఒక సన్నిహిత సంబంధం వలన ఏర్పడిన కలయికగా అర్థం చేసుకోకూడదు. నిజమైన ఐక్యతగా తెలుసుకోవాలి.

అందువలన, ఏ వ్యక్తయినా దైవాన్వేషణ చేస్తున్నపుడు, ఆ దైవాన్ని చేరుకొనడానికి ఒక్కొక్క మెట్టు అధిరోహించ ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు, తనకున్న జ్ఞానంకాని, అంతర్బుద్ధి కాని ఒక్క అడుగైన తనను ముందుకు నడిపించలేదని మరిచిపోతాడు. దానితో పాటు ఏది తాను పొందాలని కోరుకుంటున్నాడో, ఏది తనకు బహుదూరంగా ఉందని నమ్ముతున్నాడో, అది నిజానికి తన లోపలనే ఉన్నదని తెలుసుకోలేడు.

తనలోనే ఆ మూలపదార్థం ఉన్నదనే చైతన్యం కలిగేదాక, దాని గురించి ఎలా తెలుసుకోగలడు?

తన్ను తాను అర్థం చేసుకొనుట ద్వారా, తన్ను తాను తెలుసుకొనుటను నేర్చుకొనుట ద్వారా, అతను ఈ సర్వోత్కృష్టమైన సత్యాన్ని కనుక్కోగలడు. అప్పుడు, బైబిలులోని మూలపురుషుని వలె, 'దైవం యొక్క నివాసం ఇక్కడే. అది నేను తెలుసుకోలేకపోయాను' అని ఆశ్చర్యంతో కేకలు వేస్తాడు.

అందుకని, ఈ భౌతిక ప్రపంచాలకు మాతృప్రాయమగు సూచన 'సమస్త వస్తు సముదాయంలోను, సమస్త జీవకోటిలోను ఉన్నది నేనే', భూనభోంతరాలను నింపాలి, అది అందరికీ తెలిసిరావాలి.

అందరికీ ఈ విషయం తెలిసినప్పుడు, గొప్ప పరివర్తన సంభవించుననే వాగ్దానం నెరవేరే రోజు మనకు చేరువవుతుంది. పదార్థంలోని ప్రతి అణువులోను అంతర్భూతంగా వున్న దైవాన్ని గురించిన ఆలోచనను అందరూ గుర్తించినప్పుడు, సజీవంగానున్న ప్రతి ప్రాణిలోను ఈ దివ్యసంకేతాన్ని సూచనప్రాయంగా గ్రహించినప్పుడు,

ప్రతి మానవుడు తన సోదరునిలో దైవాన్ని చూడగలిగినప్పుడు, ఈ అంధకారాన్ని, ఈ అసత్యాన్ని, ఈ అజ్ఞానాన్ని, ఈ పొరపాట్లను, ప్రకృతినంతా కృంగదీస్తున్న ఈ దుఃఖభారాన్ని, ఈ దుర్భర చీకట్లను పారద్రోలే ప్రసన్న ఉషోదయం మనలను పల కరిస్తుంది. ఎందుకనగా, 'ప్రకృతి అంతా బాధతో, ఆవేదనతో ఎదురుచూస్తోంది, ఆ దైవపుత్రులు ప్రసాదించే దివ్యజ్ఞానం కోసం'.

ఇదే నిజానికి అన్ని ఆలోచనల సమాహారానికి కేంద్రబిందువుగానున్న ముఖ్యమైన ఆలోచన. ఈ ఆలోచన ఎల్లప్పుడు మన జ్ఞాపకాలలో మెదలాలి, నిరంతరం జాగృతి కావాలి — నిత్యకాంతితో జీవితాన్నంతా తేజోమయం గావించే సూర్యుని వలె.

అందుకే ఈ రోజు దాని గురించి మీకు జ్ఞాపకం చేశాను :మన హృదయాల్లో ఈ భావనను ఒక అరుదైన రత్నం వలె, ఒక అమూల్యమైన నిధి వలె నిలుపుకొని, మనము ఈ సాధనామార్గంలో సాగినప్పుడు, అది అంతర్గతంగా మనలో కాంతిని నింపి, రూపాంతరాన్ని సంభవింపచేయటానికి సానుకూలత కనపరచినప్పుడు, అన్ని జీవులలోను, అన్ని వస్తువులలోను కేంద్రబిందువు అదేనని గుర్తించగలుగుతాము. ఆ భావనలో ఈ విశ్వమంతా ఒక్కటే అన్న అద్భుత అనుభూతిని పొందగలుగుతాము.

అప్పుడు మన చిన్న చిన్న అసంతృప్తులు, మన తెలివితక్కువ కలహాలు, మన అల్పమైన తీవ్రవాంఛలు, మన అకారణ కోపాలు, ఎంత స్వాతిశయంతో కూడుకున్నవో, మన మెంత చిన్నపిల్లల వలె ప్రవర్తిస్తున్నామో, అర్థం చేసుకుంటాము; మన చిన్న చిన్న లోపాలన్నీ అంతరించిపోవుట అవగతమౌతుంది; మన మొండి అహంతో పాటు మన పరిమిత వ్యక్తిత్వ వికసనానికి అవరోధాలుగా నున్న అడ్డుగోడలు కూలిపోవడం చూడగలము. ఏదైతే మనలను ఈ సంకుచిత పరిమితుల నుంచి, హద్దుల నుంచి విడుదల చేస్తుందో, అలాంటి నిజమైన ఆధ్యాత్మిక మహాప్రవాహంలో తేలిపోతున్నట్టి అనుభూతిని పొందగలము.

వ్యక్తిగత ఆత్మ — విశ్వాత్మ, ఒక్కటే. ప్రతి లోకంలో, ప్రతి ప్రాణిలో, ప్రతి వస్తువులో, ప్రతి అణువులో భగవంతుని ఉనికి ఉన్నది. మనిషి కర్తవ్యం దానిని అభి వ్యక్తం చేయుటయే.

అది నెరవేర్చాలంటే, అతని లోపల నున్న దైవం యొక్క ఉనికిని గురించిన ఎరుక అతనికి కలగాలి. దీనిని సాధించడానికి, కొందరు వ్యక్తులు ఒక నిజమైన తర్ఫీదును పొందాలి. అలాంటివారిలో అహంకారం అధిక మోతాదులో ఉంటుంది.

వారు ముఖ్యంగా మొండివారుగాను, మార్పును ఇష్టపడని సాంప్రదాయవాదులుగాను ఉంటారు. వీటితో వారు పడే సంఘర్షణ సుదీర్ఘమైనది మరియు బాధాకరమైనది కూడ. దీనికి వ్యతిరేకంగా ఎవరైతే వారి వ్యక్తిత్వానికి అధిక ప్రాధాన్యత నీయరో, ఎవరి స్వభావం సరళమైనదిగా, మృదువైనదిగా నుంటుందో, ఎవరు ఆధ్యాత్మికత వైపు ఎక్కువ మొగ్గుచూపుతారో, అలాంటివారు వారి అస్తిత్వములోని అక్షయమైన, దైవికమైన మూలపదార్థానికి సులువుగా దగ్గర కాగలరు. అయితే ఒక్కటి మాత్రం మరువకూడదు. వారు కూడ తమలోని స్వచ్ఛమైన చైతన్యకాంతి ప్రసరణ ఎన్నటికి మందగించకుండా జాగృతులై ఉండుట కోసం, ప్రతి నిత్యం అనుకరణకు, పరివర్తనకు అనువైన రీతిగా తమను తాము మలచుకొనుటకుగాను, అంకితభావంతో ఒక క్రమబద్ధమైన కృషి చేయవలసి ఉంటుంది.

ఒక్కసారి ఈ ఉదాత్తమైన చైతన్యస్థాయిని పొందగలిగితే, మన దృక్పథంలో ఎంత గొప్ప మార్పు సంభవిస్తుంది! అవగాహన ఎంతగా విస్తృతమౌతుంది, కారుణ్యం ఎంతగా పొంగుతుంది!

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: డి. సత్యవాణి

సింధువులో కలవలేని బిందువుగా మిగిలిపోవద్దు

మన 'యోగం' లో త్యాగం అనే దానికి స్థానమే లేదు. అసలు 'త్యాగం' అనేదాన్ని నీవు అర్థం చేసుకోవటం మీదనే అంతా ఆధారపడి ఉంది. సరిగా అర్థం చేసుకుంటే 'త్యాగం' అంటే అంకితం అయిపోవటం; దైవానికి తనను తానుగా సమర్పించుకోవటమే. కాని ప్రస్తుతం ప్రచారంలో ఉన్న అర్థం ప్రకారం 'త్యాగం' ఒక వ్యతిరేక భావన. అది వినాశనానికి దారి తీస్తుంది. అలాంటి 'త్యాగం' దేన్నీ సాధించలేదు. కాగా ఉన్నదాన్నే పోగొట్టుకుంటుంది. ఇదొక విధమైన 'ఆత్మాహుతి'! మీ కున్న అవకాశాలనన్నీ పోగొట్టుకుంటున్నారన్న మాట. వ్యక్తిత్వాన్ని భౌతికస్థాయి నుండి ఆధ్యాత్మికస్థాయికి తీసుకొనివెళ్ళే అవకాశాన్ని త్యాగం చేస్తున్నారు. త్యాగం మీ అస్తిత్వాన్ని తగ్గిస్తుంది. మీ జీవితాన్ని లేక దేహాన్ని త్యాగం చేశారనుకోండి. మీరు భౌతికాన్ని లేక వాస్తవిక (వస్తుసంబంధ) అవకాశాలను వదలుకుంటున్నారన్న

మాట. మీ ఉనికనే మీరు పోగొట్టుకుంటున్నారు!

ఇదే విధంగా నైతికజీవనాన్ని కూడా మీరు వదులుకోవచ్చు; అంతరంగానికి ఉన్న వైశాల్యాన్ని, స్వేచ్ఛను పోగొట్టుకోవచ్చు. కాని బలవంతంగా నిరోధించటంలో స్వీయనిరాకరణ, సంకుచితత్వం, వత్తిడి కూడా మిళితమై ఉంటుంది. ఇటువంటి 'ఆదర్శం' ఆత్మకు సహజంగా వుండే స్వతఃసిద్ధతకు అవకాశం ఇవ్వదు. మన ఉద్దేశ్యంలో 'సమర్పణ' అంటే అప్రయత్నంగా ఒకానొక మహత్తర దివ్యత్వంతో మమేకం అవడం (రమించడం). మనం ఆ బృహత్ చైతన్యంలో భాగమే గదా! 'సమర్పణ' దేనినీ తగ్గించదు; విశాలం చేస్తుంది. వ్యక్తిత్వాన్ని నశింపచేయదు; బలోపేతమూ, విశ్వవ్యాప్తమూ చేస్తుంది. 'సమర్పణ' అంటేనే స్వేచ్ఛగా, సంపూర్ణంగా, సంతోషంగా దివ్యత్వంతో మమేకం అవడం. సర్వం దైవానికి సంతోషంగా సమర్పించటం. ఇందులో మనం త్యాగం చేసేది ఏమీ ఉండదు. దేన్నో పోగొట్టుకున్నాము అన్న భావన ఏమాత్రం కలిగినా దాన్ని సమర్పణగా భావించగూడదు. మనది అనుకుంటూ ఉన్నదాన్ని అయిష్టంగా, ప్రయత్నపూర్వకంగా బాధతో ఇస్తున్నామనే భావనలో సంతోషం ఉండదు గదా! బలవంతంగా ఇస్తున్నామని అనుకుంటే తప్పు చేసినట్లే.

నిజమైన సమర్పణ నీ విస్తృతిని పెంచుతుంది; నీ సమర్థతను పెంచుతుంది. వాసిలోనూ, రాసిలోనూ నీలో సహజంగా ఉన్నదానికంటే ఎక్కువ అవకాశాన్ని ఇస్తుంది. ఇంతకు పూర్వం నువ్వు పొందలేనిది నీకు లభిస్తుంది. సమర్పణ కావించుకోకపోతే దీన్ని నువ్వు పొందలేవు. విశాల సముద్రంలో కలువలేని నీటిబిందువులా ఉంటావు. తన ప్రత్యేకతను అలాగే ఉంచుకుంటే ఆ బిందువు బిందువుగానే ఉంటుంది. అంతకంటే ఏమీ కాదు. ఆవరించియున్న విశాల సముద్రంలో కలిసినపుడు ఆ బిందువే ఆ విస్తృతిలో ఏకమై సముద్రమంత గొప్పతనాన్ని, శక్తినీ సంతరించుకుంటుంది.

ఈ పరిణామంలో సందేహాలు కాని, అస్పష్టతలు కాని ఏమీ లేవు. ఇది స్పష్టమైనది, దృఢమైనది, కచ్చితమైనదీ. సర్వత్రా వ్యాపించియున్న దివ్యత్వం ముందు జీవాత్మ దాని ప్రత్యేకతను వదలకుండా నిల్చొని యున్నపుడు అది దాని పరిమితికి లోబడే ఉంటుంది. ఉన్నతమైన సత్యాన్ని అది తెలుసుకోలేదు. దాని దరిదాపులకు రాలేదు కూడా. గుణంలోనూ, పరిమాణంలోనూ ఈ రెండూ భిన్న మైనవి. కాని చిన్న దైన జీవాత్మ సర్వత్రా వ్యాపించియున్న పరమాత్మకు సమర్పణ గావించుకొని దానిలో

లీనమైతే దాని స్వభావం విస్తృతమౌతుంది. ఆ విశాలతను తాను కూడా సంతరించు కుంటుంది. దాని పరిమితులు, లోపాలు అంతమైపోతాయి. దాని విస్తృతీ, వెలుగు అపరితమౌతాయి. పరిమితమైన దాని ఉనికి అపరిమితమౌతుంది. కలవబోయే ఉన్నత సత్యంలో అది అంతర్భాగమౌతుంది. ఇట్లా కాకుండా తన వ్యక్తిగతమైన ఉనికిని మాత్రమే కాపాడుకోవటానికి అది విశ్వమానసంతో ఎదురొడ్డి పోరాడితే ఘర్షణకు, వత్తిడికి లోనౌతుంది; పరిమితమై, బలహీనమవుతుంది. అలాంటిది అపరిమిత శక్తి, సామర్థ్యాలు, విస్తృతి కలిగినదానికి లొంగిపోకుండా ఉండలేదు. ఏనాటికీ అది గొప్పతనాన్ని సంతరించుకోలేదు. విశ్వమానసానికి అది సమర్పణ గావించుకోపోతే, అది బలహీనపడి అంతరించిపోతుంది కూడా. దివ్యమానసానికి సమర్పణ గావించు కున్న వ్యక్తి తన అంతరంగం పరిశుద్ధం అవుతూ ఉండటాన్ని గమనిస్తాడు; దివ్య మానసాన్ని అవగతం చేసుకుంటాడు. ఇందుకు భిన్నంగా తన ప్రత్యేకమైన ఉనికిని మాత్రమే కాపాడుకోవాలనుకునేవాడు సింధువులో కలవలేని బిందువువలె విడిగా మిగిలిపోతాడు. దివ్యమానసానికి తానుగా సమర్పించుకొని దాని వద్దకు చేరేవాడు తనలోని అస్పష్టతల నుండి పరిశుద్ధుడై ఆ దివ్య, విశ్వవ్యాప్త మానసాన్ని అనుభవించటం మొదలుపెడ్తాడు. దానికి వ్యతిరేకంగా నిలబడాలనుకునే మనసు క్రమేణా వికాసాన్ని కోల్పోతూ క్షీణించి, అంతరించిపోతుంది. ఈ స్థితి కేవలం మనసుకే గాదు, ప్రకృతిలోని అన్ని విభాగాలకూ వర్తిస్తుంది. మీ కంటే బలం కలిగినవారితో పోరాడితే ఏమవుతుంది? మీ తలే పగుల్తుంది. మీ కంటే లక్షల రెట్లు బలం ఉన్నవానితో మీరెలా యుద్ధం చేస్తారు? ఎదురుతిరిగినపుడెల్లా మీకు ఎదురుదెబ్బ తగుల్తూనే వుంటుంది. ప్రతి దెబ్బకూ మీలోని బలం కొంత హరించుకుపోతూ ఉంటుంది. ముష్టియుద్ధంలో బలవంతుని దెబ్బలకు ప్రత్యర్థి బలహీనపడుతూనే వుంటాడు. చివరకు పరాజయం పాలవుతాడు. చాలా బలమైనదానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడితే ఇంతకంటె ఏమవుతుంది? మీ ఉద్దేశ్యం ఎలా వున్నా ఫలితం ఇంతే. మీరొక మూలన ముడుచుకొని కూర్చొని మీ పని మీరు చేసుకుంటూ వుంటే మీకేం కాకపోవచ్చు. కాని ఒక్కసారి ఆ దివ్యశక్తిని మీరు ఎదిరించారా, మీ ముందు రెండే రెండు మార్గా లుంటాయి. అందులో కలసిపోయి ఆ ఔన్నత్యం పొందటమా, లేక దాంతో పోరాడి బలహీనపడటమా, మీరే నిర్ణయించుకోండి.

'సమర్పణ' అనే విషయంలో అనేక తప్పుడు సిద్ధాంతాలు ప్రచారంలో

వున్నాయి. 'ఆత్మత్యాగమే' సమర్పణ అని చాలామంది అనుకుంటూ వుంటారు. అదొక శుద్ధతప్పు. అసలు మనం దివ్యత్వం యొక్క ఒకానొక అంశ మాత్రమే. మనం దాన్నే వ్యక్తపరచాల్సి వుంటుంది. అదే వ్యక్తి యొక్క వ్యక్తిత్వం. అందువలన 'దివ్యత్వం' యెడల సరియైన వైఖరి కలిగివుంటే మన అధోప్రకృతిని శుద్ధం చేసుకోవచ్చు. ఈ నిమ్న (అధో) ప్రకృతి వ్యక్తిత్వాన్ని సంకుచింపజేసి బలహీనపరుస్తుంది. దాన్ని చెడగొట్టి తనదైన ప్రత్యేకతనే సంతరించుకుంటుంది. అజ్ఞానంలో వుంటూ నిమ్నప్రకృతికి చెందిన అస్పష్టతలో కొట్టుమిట్టాడుతూ ఉంటే దివ్యత్వం వ్యక్తం అవదు. బృహత్తరశక్తితో కలిసినపుడే దాని మహత్తరశక్తులు పైకి వస్తాయి. అస్పష్టత, అజ్ఞానం కాలుష్యంలో పడి ఉంటే అవి ఉద్బుద్ధం కావు. దివ్యశక్తితో ఏకం అయినపుడు దాని మిరుమిట్లుగొలిపే ప్రకాశం పైకి వస్తుంది. ఈ ఉదాత్తత సాధించాలంటే తనను అజ్ఞానంలో పడేసి, సంకెళ్ళలో బంధించి అణగార్చే నిమ్నశక్తుల ప్రభావం నుండి బయటపడాలి. సాధారణ మానవుల కుంటి, గ్రుడ్డి జీవనం నుండి బయటపడాలి.

మొట్టమొదటిగా, కోర్కెలను వదులుకోవాలి. కోర్కెలు నిమ్నప్రకృతి యొక్క నీలినీడలే. అజ్ఞానము, బలహీనతల చలనములే ఈ కోరికలు. వాటితోనే నిన్ను అవి కట్టి పడేస్తాయి. మనం కోరికలతోనే పుట్టామని అందరూ అనుకుంటారు. అవి అంతర్గతం నుండి పుట్టుకు వస్తాయని వారి భావన. ఇది తప్పు. నిమ్నప్రకృతికి చెందిన అస్పష్ట తరంగాలే కోరికలు. అవి ఒకరి నుండి ఒకరికి వ్యాపిస్తాయి. కోరికల తరంగాలను మనిషి జనింపజేయడు. కాని అవి అతడిని ముంచెత్తుతుంటాయి. తనను తాను రక్షించుకోలేనివారు, ప్రతిదాన్నీ విచక్షణారహితంగా స్వీకరించేవారు, కోరికల వలయంలో కొట్టుమిట్టాడుతూ ఉంటారు. అలాంటివారిని అది ఆకర్షించి, ఆవహించి విచక్షణారహితునిగా చేస్తుంది. కోరికలు తీర్చుకోవడమే తన ప్రవృత్తి అని భావించేలా చేస్తుంది. నిజానికి అతని నిజస్వభావానికీ, కోరికలకూ సంబంధమే లేదు. ఇవి అధోప్రకృతికి చెందినవి. ఈర్ష్య, అసూయ, ద్వేషం, హింస కూడా అధోప్రకృతికి చెందినవే. ఇవన్నీ నిన్ను అటూ, ఇటూ అల్లల్లాడిస్తూనే వుంటాయి. నీ మీద దండయాత్ర చేస్తూనే వుంటాయి. అవి నీ నిజప్రకృతికి, స్వభావానికి చెందినవి కావు. కాని అవి నీ రూపురేఖలే మార్చేస్తాయి; నిన్ను చెడగొడ్తాయి. అవి నీ సహజ ప్రకృతికి సంబంధించినవి కావు. బైట ఆవరించియున్న అధోప్రకృతి యొక్క అస్పష్ట తరంగాలే. వాటికంటూ ప్రత్యేకమైన వ్యక్తిత్వం ఏమీ లేదు. అవి కేవలం నీకే సంబంధించినవి కావు. ప్రతివారిలో

అవి అలాగే వుంటాయి. మనసులోని అస్పష్టతలూ, అనుమానాలు, దోషాలు, కష్టాలు, మన వ్యక్తిత్వాన్ని మరుగుపరుస్తూనే వుంటాయి; దాని పరివ్యాప్తిని తగ్గించి సాఫల్యతను నిరోధిస్తూనే వుంటాయి. ఇవన్నీ అధోప్రకృతి నుండే ఉత్పన్నం అవుతాయి. కాని అవన్నీ వచ్చీ, పోయే అలలే సుమా. చిక్కినవాణ్ణి పట్టి పీడిస్తాయి; లొంగేవారిని పనిముట్లలా వాడుకుంటాయి. ప్రతివాడూ ఇదంతా తనదైన స్వేచ్ఛాయుత వ్యక్తిత్వపు అమూల్య ఫలంగా భావిస్తాడు. వీటికి, ఇవి కలిగించే ఇబ్బందులకు అంటిపెట్టుకొని ఉంటూ కూడా అవే తమ స్వేచ్ఛకు సంకేతాలని, అంతస్సత్వమనీ అనుకునేవారు కూడా లేకపోలేదు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కె. ఆర్. ఎల్. నరసింహారావు

ఆధ్యాత్మికతకు, నైతికతకు మధ్య అంతరం

ఆధ్యాత్మికతకు, నైతికకు మధ్య చాలా అంతరం ఉంది. ఆ రెండింటి విషయంలో ఒకదాని బదులుగా మరొకటి ఎప్పుడూ తికమకచెందడం జరుగుతుంది. ఆధ్యాత్మిక జీవితంలో, యోగజీవనంలో లక్ష్యం దైవచైతన్యంలో వృద్ధిపొందడం, దానిని పొందడా నికి నీలో ఉన్నదానిని పరిశుద్ధపరచి, తీవ్రతతో అత్యధికం చేసి, మహత్వపరచి, సమగ్రంచేయడమే. అది నిన్ను దైవాన్ని అభివ్యక్తం చేసే శక్తిగా చేస్తుంది. అది ప్రతి వ్యక్తి యొక్క విలక్షణమైన వ్యక్తిత్వాన్ని దాని పూర్ణత్వం అందుకునేటట్లు చేసి, అత్యధికంగా అభివ్యక్తం చేసే విధంగా తయారుచేస్తుంది. ఎందువల్లనంటే ఇదంతా దైవప్రణాళికలో భాగం. నైతికవర్తన మానసిక నిర్మాణం నుంచి రూపుదిద్దుకుంది. అది కొన్ని మంచిభావాల నుంచి, ఆ విధంగా కానివాటి నుంచి ఒక ఆదర్శమైన నమూనాను తయారుచేసి అందులో అందరూ బలవంతంగా ఇమిడిపోవాలనుకుం టుంది. ఈ నైతిక ఆదర్శం దాని సంబంధిత భాగాలలో, దాని సమిష్టిరూపంలో, విభిన్న కాలాలలో, విభిన్న ప్రదేశాలను బట్టి మారిపోతూ ఉంటుంది. అయినా అది తనది అసమానమైన పద్ధతిగా, విలక్షణమైన అప్రతిహత ధర్మసూత్రంగా ప్రకటిస్తుంది. దానికి బయట దేనినీ ఆమోదించదు. దాని లోపల ఏ తేడానూ ఆమోదించదు. అందరూ దాని ఒకే ఒక ఆదర్శమైన నమూనా పద్ధతిలో మూసలో పోతపోసినట్లుగా

తయారవాలి. ప్రతి ఒక్కరూ ఏకరీతిలో, దోషరహితంగా ఒదిగిపోవాలి. అది ఎందు వల్లనంటే నైతికత కఠిన నిష్ఠతో కూడిన అసహజ ప్రకృతి. దాని ప్రధాన సూత్రంలో, దాని పని తీరులో అది ఆధ్యాత్మిక జీవనానికి వ్యతిరేకం. ఆధ్యాత్మిక జీవితం అంద రిలోని ఒక ప్రధానసారాన్ని బహిర్గతం చేయడంతో పాటు, అనంతమైన వైవిధ్యాన్ని కూడా బహిర్గతం చేస్తుంది. అది ఏకత్వంలో వైవిధ్యానికి, వైవిధ్యంలో పరిపూర్ణతకు పరిశ్రమిస్తుంది. నైతికత ఒక అసహజమైన నిర్దిష్ట విధానాన్ని ఆధ్యాత్మికతలోని వైవిధ్య జీవితానికి, ఆత్మ స్వేచ్ఛకు వ్యతిరేకంగా నిలబెడుతుంది. స్థిరమైన, పరిమితమైన ఒకానొక మానసికపరమైనదానిని సృజించి, అందరినీ దానికి అనువర్తిం చమంటుంది. అందరిని అవే లక్షణాలను, అదే ఆదర్శమైన ప్రకృతిని అలవరచుకోమం టుంది. నైతికత దైవం కాదు సరి కదా, దైవానిదీ కాదు. అది మనిషికి సంబంధించినది, మానవజాతిది. నైతికత మంచి, చెడు అనే ఒక స్థిరమైన విభజనను తన మూలసూత్రంగా తీసుకుంటుంది. కాని ఇది హేతుబద్ధతలేని ఊహాత్మక ప్రాతిపదిక. అది విషయాల అన్యోన్య సంబంధాలను తీసుకుని వాటినే అప్రతిహతమైనవాటిగా రుద్దాలని చూస్తుంది. కాని మంచి, చెడు అనేవి దేశకాలమాన యుగ వాతావరణ పరిస్థితుల ననుసరించి మారుతుంటాయి. నీతివర్తనం, మంచి కోరికలు, చెడు కోరిక లున్నాయనే విషయాన్ని ప్రకటిస్తూ, మంచికోరికలను ఆదరించి, చెడుకోరికలను తిరస్కరించేదాకా ప్రోద్బలం చేస్తుంది. కాని ఆధ్యాత్మిక జీవితం కోరికనే తిరస్కరించాలని గట్టిగా కోరుతుంది. దాని ధర్మం నిన్ను దైవానికి దూరంగా తీసుకుపోయే అన్ని గమనాలను నీవు తప్పక వదలివేయవలసిందే నంటుంది. నీవు తిరస్కరించాల్సింది అవి చెడువని కాదు. ఆ చెడ్డవి ఇంకొక మనిషికి మంచివి కావచ్చు లేదా మరొక కోణంలో మరే దైనా కావచ్చు. తిరస్కరించడం ఎందుకంటే అవి ప్రేరణలకు లేదా ప్రకాశహీనమైన, అజ్ఞానమైన శక్తులకు సంబంధించినవి. అవి నిన్ను దైవాన్ని సమీపించేదారిలో అడ్డుగా నిలుస్తాయి. అన్ని కోరికలు అవి మంచివైనా, చెడువైనా వాటి విధివిధానం ఈ రకం గానే ఉండి బయటకు వస్తుంటాయి. ఎందువల్లనంటె కోరిక పుట్టేది అసహజమైన ప్రాణిక అస్తిత్వం నుంచి, దాని అజ్ఞానం నుంచి, దీనికి ప్రతిగా నీవు దైవస్పర్శను అందించే అన్ని గమనాలను తప్పక ఆమోదించాలి. నీవు ఎందుకు ఆమోదిస్తావంటే అవి మంచివని మాత్రం కాదు, అవి నిన్ను దైవం వద్దకు తీసుకువెడుతున్న కారణం చేతనే. ఆ విధంగా దైవం చెంతకు చేర్చేవాటన్నింటిని ఆమోదించు. దైవానికి

దూరంగా తీసుకువెళ్ళేవాటన్నింటిని తిరస్కరించు. కాని ఇది మంచిది, అది చెడ్డది అని అనవద్దు. లేదా నీ దృక్పథాన్ని ఇతరుల మీద రుద్దాలని అనుకోవద్దు. ఎందు వల్లనంటే నీవు చెడు అని దేనిని అంటున్నావో, అదే దివ్యజీవనాన్ని సాక్షాత్కరించుకోవాలని ప్రయత్నించని నీ పొరుగువానికి బహుశః మంచిదవచ్చు.

మనం నైతిక, ఆధ్యాత్మిక విషయాల మధ్య అంతరాలపరంగా ఒక ఉదాహరణను తీసుకుందాం. సర్వసాధారణమైన సాంఘిక కట్టుబాట్లు రెండు వర్గాల మధ్య తేడా ప్రకారం మనుషులను ఉదారులుగా, లోభులుగా పేర్కొంటాయి. లోభి అయినవాడు నిరసించబడి, నిందించబడతాడు. కాని ఉదారుడు మాత్రం స్వార్థరహితుడుగా, సమాజానికి ఉపయోగపడేవాడుగా పరిగణించబడి వాని గొప్ప గుణానికి కీర్తించ బడతాడు. కాని ఆధ్యాత్మిక దృష్టికి అవి రెండూ సమానస్థాయికి చెందినవే. ఒకరి ఉదారత, మరొకరి లోభత్వం అనేవి రెండూ ఉన్నత సత్యానికి, అధికతరమైన ఒక దివ్యశక్తికి వికృతులే. ఒక శక్తి, ఒక దివ్యగమనం ఉంది. అది వ్యాపిస్తుంది, విస్తరిస్తుంది. శక్తులను, విషయాలను, ఇంకా ఇతరములు ఏవేవైతే ఉన్నాయో ప్రకృతిలోని భౌతికం నుంచి, ఆధ్యాత్మిక అంతస్తు వరకూ ఉండే అన్ని స్థాయిలలో తన వశంలో ఉన్న వాటన్నింటిని ఏ ఆటంకం లేకుండా వెదజల్లుతుంది. ఉదారుడైనవానికి అతని ఉదారత్వం వెనుక ఈ గమనాన్ని అభివ్యక్తం చేసే ఒక ఆత్మ విలక్షణత ఉంది. అతడు విస్తృతకు, విస్తృత వ్యాప్తికి ఒక శక్తి. మరొక శక్తి, మరొక దివ్యగమనం ఉంది. అది శక్తులను, విషయాలను, ఎన్ని తన వశంలో ఉండవచ్చునో అన్నింటిని, అవి నిమ్న లేదా ఉన్నతస్థాయిలకు చెందినవేమైనా కాని సేకరిస్తుంది, కూడబెడుతుంది, సమీకరిస్తుంది, పోగుచేస్తుంది. నీవు లోభి అని ముద్ర వేసిన మనిషి, ఈ గమనానికి పనిముట్టుగా తెలుసుకోవాలి. రెండూ ముఖ్యమైనవే. రెండూ అఖండ ప్రణాళికలో అవసరమైనవే. జాగ్రత్తగా దాచిపెట్టి, శ్రద్ధగా కూడబెట్టి పోగుచేసే గమనం, వ్యాపించి, విస్తరించే గమనపు అవసరం కంటే తక్కువైనదేమీ కాదు. రెండింటినీ, నిజంగా దైవానికి అర్పణ కావిస్తే దైవకార్యానికి ఒకే స్థాయిలో సమాన విలువతో పనిముట్లుగా వాడుకోబడుతాయి. కాని అవి సమర్పించబడకపోతే రెండూ ఒకే రకమైన అజ్ఞానభూయిష్ట ప్రేరణలకు కదలిక లవుతాయి. ఒకరు వెదజల్లటానికి నెట్టబడగా, మరొకరు దాచి ఉంచుకోవటానికి వెనుకకు లాగబడతారు. కాని ఇద్దరూ వారి చైతన్యానికి కనపడని అస్పష్ట శక్తులతో బలవంతంగా తోయబడినవారే. వారిద్దరిలో ఎవరినీ పరిగ్రహించలేం.

ఉన్నతమైన యోగదృష్టితో చూసి, అమితంగా కీర్తించబడే ఉదార మనిషితో ఈ విధంగా అనవచ్చు, "నీ ఉదారతా ప్రేరణలన్ని ఆత్మశక్తి ప్రమాణాల ననుసరించి ఎందుకూ కొరగానివి. ఎందువల్లనంటే అవి అహం నుంచి, అజ్ఞానమయమైన కోరికల నుంచి వచ్చినవి". అదే లోభులనబడి, దూషించబడినవారిలో, అప్పుడప్పుడు కూడ బెడుతూ అవసరాన్ని మించి దాచిపెడుతూ ఉండే మనిషిలో పూర్తి ప్రశాంతతతో, ఆ పని చేసితీరాలనే కచ్చితమైన ఏకాగ్రతతో, తన ప్రకృతి తనకు అప్పగించిన పనిచేస్తుండడాన్ని చూడవచ్చు. వారే కనుక ఒకసారి చేతనాపరంగా మేల్కొలుప బడితే, దైవానికి మంచి పనిముట్టు కాగలరు. కాని సాధారణంగా లోభి అయినవాడు తనకు వ్యతిరేకంగా వర్తించే ఉదారుడైనవాని వలెనే తాను కూడా అహం నుంచీ, అజ్ఞానం నుంచే ప్రవర్తిస్తాడు; అజ్ఞానానికి అది మరొక పక్షం. ఇద్దరూ తమను తాము పరిశుద్ధపరచుకోవలసినదే. ఇద్దరూ తమ వెనుక నున్న ఒకానొక అధికతరమైనదానితో సంపర్కం పెట్టుకోవాలనుకుని తమ ప్రకృతి తమను ఆదేశించిన విధంగా తమ వైఖరితో బహిర్గతం చేయదలచితే, దానికి ముందు తమను తాము పరిశుద్ధపరచుకుని, మారిపోవలసినదే.

ఇదే విధంగా ఇంకా ఇతర లక్షణాల విషయంలో, దివ్యశక్తిలో అవి ఏదో ఒక మౌలికమైన ఉద్దేశాన్ననుసరించి ఉన్నాయని గుర్తెరుగుతూ వాటి జాడలను కని పెట్టవచ్చును. ప్రతిదీ దైవం ఏ నమూనాకు ఉద్దేశించిందో దానికి తరుగు లేదా వ్యంగ్యం. అధికతరమైన ఆధ్యాత్మిక విలువకు మానసికమైన, ప్రాణికమైన వికృతత్వమే ఆ విషయాలు. ఒక దోషగమనమే వికృతత్వాన్ని లేదా వ్యంగత్వాన్ని సృజించింది. ఒకసారి ఈ అసత్యప్రేరణను స్వాధీనపరచుకుని దాని మీద ఆధిపత్యం సంపాదించితే, సరయిన వైఖరి కలిగి, సరయిన గమనం తెలుసుకుంటే, అన్నీ వాటిలోని దివ్యమైన విలువలను బహిర్గతం చేస్తాయి. అన్నీ వాటి యుందున్న సత్యంతో ధర్మబద్ధమైనవే. అన్నీ సమానంగా ముఖ్యమైనవే. సమానంగా అవసరమైనవే. దైవసృష్టిలో అవి విభిన్నమైనప్పటికి ఆవశ్యకమైన పనిముట్లు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: డా. త్రిపురారిభట్ల ప్రసన్నకృష్ణ

ఎవరు?

నింగి నీలిమలో, అరణ్య హరితంలో
ఏ హస్తం అద్దింది చిత్రకాంతుల్ని?
ఆకాశంలో నిద్రించే సమీరాలను
ఎవరు మేల్కొలిపి కదిలించారు నలు దిక్కులకు?

హృదయసీమలో, ప్రకృతి గర్భంలో
ఎవరు అంతర్నిహితమయ్యారు?
ఆలోచనను సృజించే మెదడులో ఉన్నాడు.
పుష్పమాలికల అందాలలో అల్లుకుపోయాడు.
నక్షత్రరాశుల కాంతివలలో చిక్కుకున్నాడు.

పురుషుని బలంలో, వనిత సౌందర్యంలో
బాలుని చిరునవ్వులో, బాలిక సిగ్గుదొంతరలలో...
నీలాకాశ వీధిలో బృహస్పతిని పరుగెత్తించిన హస్తం
కురులను తీర్చిదిద్దే టక్కరి విన్యాసం

ఇవి అతని అద్భుతాలు, అతని యవనికలు, అతని నీడలు
కాని ఎక్కడ, ఎక్కడ అతను? ఏ పేరు అతనిది?
అతడు బ్రహ్మ? విష్ణువా? పురుషుడా, స్త్రీయా?
రూపమా? రూపరహితమా? జంటా? ఒక్కడా?

నీలిమేఘశ్యాముడైన బాలునిపై అతిప్రేమ మనకు.
అనాచ్ఛాదిత భయానక స్త్రీమూర్తి మనకు మహారాణి.
హిమశిఖరాలలో దివ్యసమాధిలో మునిగిన అతనిని దర్శించాం.
విశ్వాంతర లోకాల నిర్మాణంలో నిమగ్నమైన అతనిని వీక్షించాం.

సర్వ ప్రపంచానికి అతని లీలాఖేలన ఇంద్రజాలాన్ని చాటుదాం,
మన చిత్రహింసలో, కాంక్షలో, బాధలో అతనికి విచిత్రానందం ఉంది.
మన క్లేశాలలో అతనికి వినోదం, బాధాగ్నికి మనల్ని గురిచేస్తాడు.
తిరిగి తన అలౌకిక ఆనంద సౌందర్యాలతో మనల్ని మురిపిస్తాడు.

సంగీతమంతా అతని దరహాస రసధుని, ప్రియరవళి.
సౌందర్యమంతా అతని కాంక్షా పారవశ్య ప్రాభవం.
మన జీవితాలు అతని హృదయస్పందనలు,
రాధాకృష్ణుల ప్రణయ సమాగమం మన ఆనంద అమృత రసధార.

మన ప్రేమ వారి అరుణాధరాల మధుగీతం.
విజయశంఖారావంలో ప్రతిధ్వనిస్తుంది అతని శౌర్య ప్రకంపనం.
స్వర్ణరథంపై విహరిస్తాడు, ఆయుధ ప్రహారం అనన్య సామాన్యం
అప్రయత్నంగా హతమారుస్తాడు, అమిత కరుణామూర్తి
ప్రపంచ పురోగమనం కొరకు, కాలం చివర
మహితావిష్కరణకై పోరాడుతాడు.

అనంత గోళాల పరిభ్రమణంలో, యుగయుగాల ప్రస్థానంలో
మహిమోజ్వల విశుద్ధ అవర్ణనీయ వైభవం...
క్రాంతదర్శుల అంతిమ జ్ఞానశిఖరాల కావల
చిరంతన సువర్ణ సింహాసనంపై ఆశీనుడై వున్నాడు.

మనిషికి రారాజు, అతని అనంత ప్రణయేశ్వరుడు.
మన గుండెల్లోనే వున్నాడు, కళ్లు తెరిస్తే కనిపిస్తాడు.
విలాస జీవన కాంక్షలతో, గర్వాహంకారాలతో మనం అంధుల మయ్యాం.
మన ఆలోచనలలో ఖైదీలం, అక్కడే విముక్తి ద్వారం.

యుగాలు, మరణాలు వేధించని సూర్యతేజోబింబం అతడు.
నడిరాత్రివేళ అతని నీడ కదలాడుతుంది.
పెనుచీకటిలో చీకటి మునిగిన వేళ
అక్కడ భాసిస్తాడు అనంతుడై, ఒక్కడై.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: కె. యజ్ఞన్న

శరీరానికి కూడా దైవస్మృతి ఉండాలి

శరీరానికి, జీవకణాలకు, సూక్ష్మకణాలకు, రక్తకణాలకు కూడ అవ్యక్తమైన మనసు ఒకటి ఉంటుంది. జర్మన్ భౌతికవాది హెగెల్, ఒక చోట అణువులోని సంకల్పం గురించి ప్రస్తావించాడు. ఇటీవలి విజ్ఞానశాస్త్రి అధ్యయనంలో ఎలక్ట్రాన్స్ యొక్క ప్రత్యేకమైన అనిశ్చిత ఆకారపరిణామానికి ఆకృతి ఉండదని, అది కేవలం ఒక నిగూఢమైయున్న మూలవస్తువు యొక్క ఛాయరూపమని నిర్ధారణ దాదాపుగ ఖారారయింది. ఈ దైహిక మనసు ఒక అనుభవైకవేద్యమైన సత్యము; అది అవ్యక్తమైనందువలన, పూర్వగమనాలకు యాంత్రికంగ కట్టుబడి ఉన్నందున, కొత్త విషయాలను, తేలికపరచి ఉపేక్షించి, తిరస్కరించడం వలన, దివ్యచైతన్య వ్యాప్తికి అలాగే శరీరం యొక్క పనితీరులో పరివర్తన కలుగుటకు ప్రధాన ఆటంకంగా ఉన్నదని అర్థమౌతుంది. అలా కాకుండ, ఫలప్రదమగునట్లుగ మార్పుచెందగలిగితే, భౌతిక ప్రకృతి యందు దివ్యచైతన్యకాంతిని, దివ్యశక్తిని స్థిరపరచడానికి అత్యంత విలువైన సాధనమౌతుంది.

*

మన అస్తిత్వంలోని ప్రతి భూమికలో — మానసిక, ప్రాణిక, భౌతిక — తనదైన చైతన్యము ఉంటుంది; వేర్వేరుగ నున్నా కూడ, పరస్పర సంబంధం, పరస్పర ప్రభావం కలిగి ఉంటాయి. కాని, మన బాహ్య మనసుకు, బుద్ధికి మరియు మన జాగ్రదావస్థలో అన్ని కలసి భ్రాంతిని కలుగుజేస్తాయి. ఉదాహరణకు, శరీరం తనదైన చైతన్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది; దాని ప్రకారమే పనిచేస్తుంది. అందుకని దానికి మన మానసిక సంకల్పంతో అవసరం లేదు. దానికి వ్యతిరేకంగా కూడ పనిచేయవచ్చు. మన

బాహ్యమనసుకు ఈ శరీర చైతన్యము గురించిన అవగాహన అతి స్వల్పము, అనుభూతి అసమగ్రము. దాని దృష్టి కేవలం ఫలితాలపై మాత్రమే. అయినా వాటి కారణాలను కనుగొనటానికి ముప్పుతిప్పలు పడుతుంది. ఈ ప్రత్యేకమైన శరీర చైతన్యంపై అవగాహన ఏర్పడుట, దాని గమనాలను గమనించి అనుభూతిని పొందుట, దానిని ప్రభావితం చేసే బాహ్య మరియు అంతరంగశక్తుల గురించి తెలుసుకొనుట, అది ఎంత అత్యంత గోప్యమైన (మనకు) మరియు అవచేతనాగతమైన పద్ధతులను పాటించినా, దానిని ఏ విధంగ కట్టడి చేసి నిర్దేశించాలో నేర్చుకొనుట మొదలగునవన్నీ యోగములో భాగమే. శరీరచైతన్యం వ్యక్తిగతమైన భౌతికచైతన్యంలో భాగమే. విశ్వగతమైన భౌతిక ప్రకృతి యొక్క గుప్త చైతన్యశక్తుల నుండి దీనిని సమీకరించి రూపొందిస్తాము.

*

నేను శరీరానికి ఒక ప్రధానమైన ధర్మసాధనా ఉపకరణంగా విలువనిస్తాను. సమగ్రంగా, అది కార్యనిర్వహణ కోసం అభివ్యక్తమైన వ్యక్తిత్వ కేంద్రము. నా ప్రకారము లోకంలోని సమస్త జీవజాలానికి, కార్యకలాపాలకు శరీరం మూలాధారమైనట్లుగ ఆధ్యాత్మిక జీవితానికి, కార్యకలాపాలకు కూడ శరీరం మూలాధారము. దానితో పాటు మనసు, ప్రాణము కూడ పరమాత్మునిలో ఒక భాగమే, జీవాత్మ యొక్క ఒక ఆకృతియే. అందువలన, ఆధ్యాత్మికంగా ఉపయోగపడదని కాని, ఆధ్యాత్మికానుభూతికి పనికిరానిది, అశక్తమైనది అని కాని ఉపేక్షించకూడదు, తిరస్కరించకూడదు. పదార్థము దాని మట్టుకు అది ఆత్మ యొక్క రహస్య రూపము. ఆ విధంగా దాని కదే వెల్లడి కావాలి. చైతన్యానికి జాగృతమై ఆత్మను అందులోని దివ్యాంశను వికసింపజేసి అనుభవం లోనికి తేవాలి. నా దృష్టిలో శరీరంతోపాటు మనసు, ప్రాణం కూడ దైవానుభూతిని పొందటానికి తగిన పనిముట్టుగానో లేక నిల్వచేసే పాత్రగానో ఉండటానికై ఆధ్యాత్మికతను సంతరించుకోవాలి — దివ్యత్వం పొందాలి అని కూడ అనవచ్చు.

*

ఈ సందర్భంలో అనుసరించిన యోగమార్గానికి ఉన్న ప్రయోజనం ఇతర మార్గాల కున్న వాటికి భిన్నమైనది — ఎందుకనగా, దీని లక్ష్యం సాధారణ అజ్ఞానంతో కూడిన విశ్వచైతన్యం నుండి విడివడుటయే గాక, ఆ దివ్యచైతన్యము యొక్క

దివ్యశక్తిని అజ్ఞానభరిత మనసు, ప్రాణము మరియు శరీరం లోనికి తెచ్చుటతో పాటు, దైవాన్ని అచట అభివ్యక్తపరచి పదార్థం మందు ఒక దివ్యచేతనను కలిగించుట.

*

ఇవి ఉన్నతతర చేతన భౌతికంలోకి అవరోహించుట వలన సంభవించే కొన్ని పరిణామాలు. ఇది వెలుగును, చైతన్యాన్ని, శక్తిని, ఆనందాన్ని జీవకణాలలోకి, అన్ని భౌతిక గమనాలలోకి తీసుకువస్తుంది. ఉన్నతతర సంకల్పము యొక్క ఆదేశాన్ని అనుసరించుట ద్వారా లేదా తనలోకి ప్రవేశించిన శక్తి ద్వారా శరీరానికి చైతన్యము కలిగి అది జాగృతి చెందుతుంది. దాని కదలికలు సక్రమంగా ఉంటాయి. శరీరం నిర్వర్తించే కర్మలను నియంత్రణలో నుంచుటయే గాక ఏదైనా లోపమున్నట్లయితే దానిని సరిచేసి అస్వస్థత, బాధ మొదలగువాటిని సులభంగా నయం చేయవచ్చు. శారీరక చర్యలపై అదుపు ఇనుమడించుటతో పాటు శరీరాన్ని ప్రభావితం చేసే బాహ్యసంఘటనలపై కూడ నియంత్రణ పెరుగుతుంది. ఉదాహరణకు, ప్రమాదాలను, చిన్న చిన్న దురదృష్టకర ఘటనలను తగ్గించవచ్చు. కార్యాచరణకు శరీరం ఒక శక్తివంతమైన పనిముట్టు అవుతుంది. అలసటను తగ్గించవచ్చు. శారీరక వ్యవస్థ అంతా శాంతి, సంతోషం, బలంతో నిండిపోతుంది. మనసు తేలికపడుతుంది. చైతన్య వికసనంతో పాటు ఇటువంటి సాధారణ ఫలితాలు కూడ వృద్ధిచెందుతాయి. వీటికి తోడు మరెన్నో సత్ఫలితాలను పొందే అవకాశం కలుగుతుంది. అంతేగాక భూచైతన్యంతో ఐక్యత, భౌతిక ప్రకృతిలో నిరంతర దైవచింతన మొదలగునవెన్నో సంపన్నమౌతాయి.

సహజంగానే, ఈ మార్గంలో శరీరాన్ని చైతన్యపరచటం అంత సులభమేమీ కాదు — కారణం, అది అచేతనకు, అస్పష్టతకు, మాంద్యానికి ఆలవాలం — పాక్షికంగానైనా తగినంత ఫలితాన్నిచ్చే ఉన్నతతర చైతన్యాన్ని కేంద్రంగా స్థిరపడనివ్వాలి. దాని ప్రభావం శరీరంపై అధికమైనప్పుడు, తదుపరి కార్యక్రమమంతా విజయవంతంగా సాగిపోతుంది.

*

శరీరం చాలా మేరకు అచేతనమైనది, లేక ఒక విధంగా అవచేతనాగతమైనది — దానిని చైతన్యవంతం చేయాలి.

ఏ విధంగా చైతన్యవంతం చేయాలి?

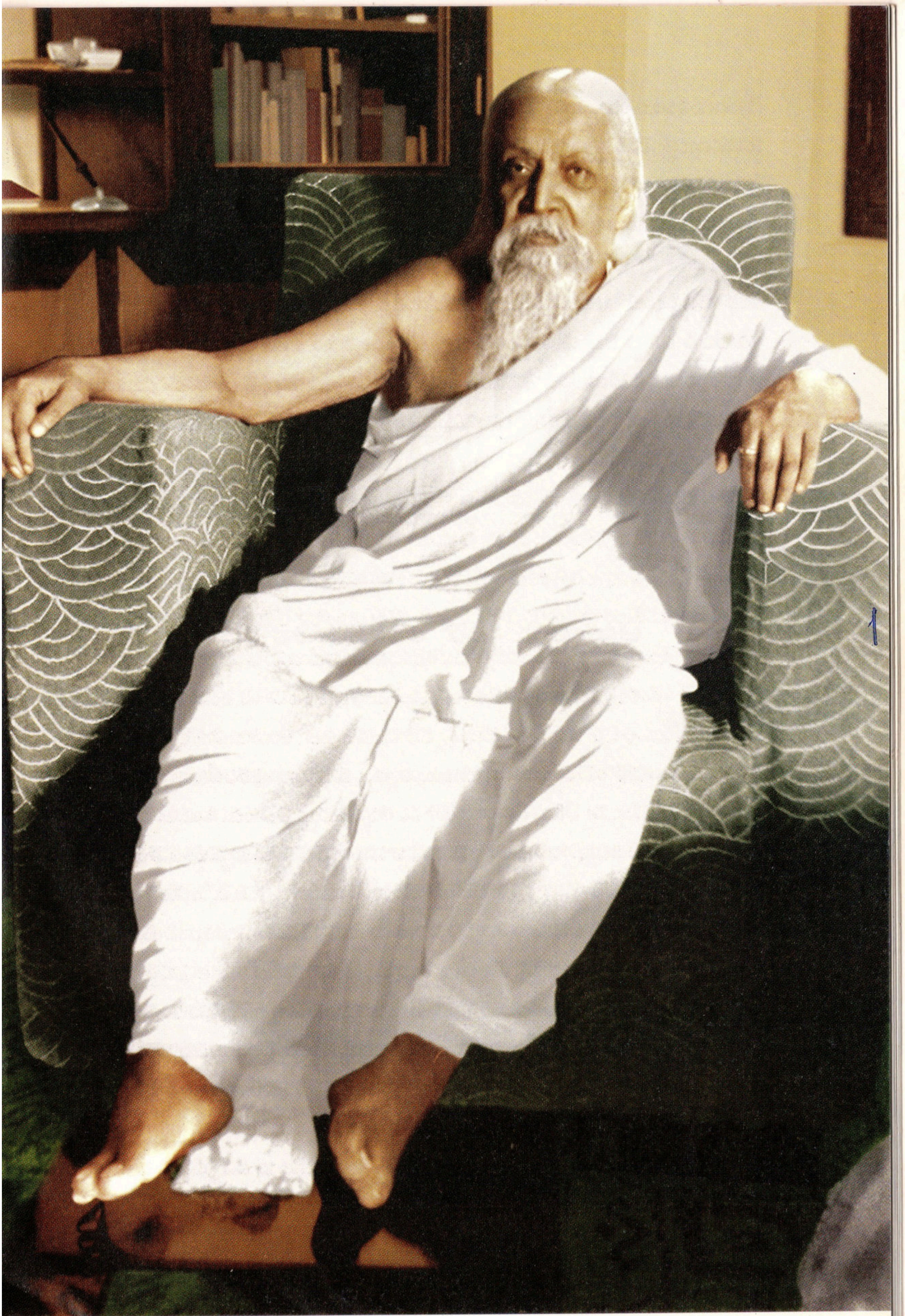
నిజచైతన్యాన్ని దానిలోకి అవరోహణ గావించుట ద్వారా చేయవచ్చు. మానసిక మందు, ప్రాణికమందు నిశ్చలంగా మెలకువతో ఎరుక గలిగి ఉండటం ద్వారా చేయవచ్చు.

*

శారీరకసాధన చేయడం ఉన్నతతర వెలుగును, శక్తిని, శాంతిని, ఆనందాన్ని తీసుకొచ్చుటకు, శరీరము యొక్క మందకొడితనాన్ని అనుమానాలను, పరిమితులను, భౌతికమనసు యొక్క బాహ్య పోకడను, ప్రాణిక మరియు శారీరక సంబంధమైన (నరములు) దోషభూయిష్టశక్తులను వదిలించుకొనుటకు అవసరము. వాటి స్థానే శరీరము దైవసంకల్పము యొక్క చక్కని పనిముట్టుగా నుండుటకు నిజచైతన్యాన్ని అచట ప్రతిష్టించాలి.

*

చివరిగా, శరీరం మనసుకు స్వచ్ఛందంగ లొంగి నడుచుకునేది ఏ విషయాలలో అనగా, అది వేటిలోనైతే రూపొందించబడిందో లేక లొంగి ఉండుటకు తర్ఫీదు పొందిందో ఆ విషయాల్లోనే. కాని, శరీరానికి మనసుతో నుండే సంబంధం అన్ని విషయాల్లోను యాంత్రికంగా ఉండదు. శరీరానికి కూడ తనదైన స్వంత చైతన్యం ఉంది. అది మనసుకు చేతిలో నుండే పనిముట్టు లాంటిదైనా లేక సేవాస్వభావం కలదైనా కూడ, దాని ఆదేశాన్ని ఉల్లంఘించనూ వచ్చు, లేదా అసలు పాటించకపోనూ వచ్చు. చాలా విషయాల్లో, ఉదాహరణకు, ఆరోగ్యానికి, అస్వస్థతకు సంబంధించిన విషయాల్లో యాంత్రికంగా జరిగిపోయే పనులలో అది స్వచ్ఛందంగ ఇష్టప్రకారం పనిచేస్తుంది. కాని, మనసుకు బానిసగా కాదు. అలసట చెందినట్లయితే మనోసంకల్పానికి ఉదాసీనతతో దూరంగా ఉంటుంది. తమస్సు, జడత్వము, నిస్పృహ, అవచేతనల ఆవిరులు మనసును ఆవరించి నిరర్థకం గావించవచ్చు. సూచన అందగానే చేయి లేస్తుందనుట నిస్సందేహం. కాని నడవమని కాళ్లకు ఆదేశమందినా కూడ, అవి ముందు నిరాకరించవచ్చు. నెమ్మదిగా పాకే వైఖరిని, కదలికను విడిచి నిటారుగ నడిచే అలవాటును వాటికి నేర్పాలి. చేతికి ఒక సరళరేఖ గీయమనో, లేక ఒక వాయిద్యాన్ని వాయించమనో మొదటిసారి ఆదేశిస్తే అది చేయలేదు, చేయదు కూడ. దానికి పాఠాలు నేర్పాలి, శిక్షణ నివ్వాలి. నేర్పించాలి. అటు తరువాతనే అది తాను చేయవలసినదేదో తనంతట తానే చేస్తుంది. ఇదంతా మానసిక ఆదేశాను



సారం పనులు నిర్వర్తించే శరీరచైతన్యం ఒకటి ఉన్నదని నిరూపిస్తుంది. అయినా కూడ దాన్ని మేల్కొల్పాలి, శిక్షణ నివ్వాలి, ఒక చైతన్యవంతమైన పనిముట్టుగా తీర్చిదిద్దాలి. దానికి ఎలాంటి శిక్షణ నివ్వాలంటే అది ఒక మానసిక సంకల్పంతోనో లేక సూచనతోనే శారీరక అస్వస్థతను నయం చేయగలగాలి.

*

శరీర చైతన్యంలో అధికభాగము అవచేతనాగతమైనది. శరీరచైతన్యము మరియు అవచేతన ఒక దానితో నొకటి అతి సన్నిహితంగా కలసి ఉంటాయి.

శరీరము మరియు భౌతికము మధ్య సామ్యత ఉండదు — శరీరచైతన్యము భౌతికచైతన్యంలో ఒక భాగం మాత్రమే.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి, జానకి

ఆధ్యాత్మిక శక్తితో అస్వస్థత నివారణ

దైవకృపతో

దైవకృప గురించి కొంచెం చెప్పాలనుకుంటున్నాను. మానవుల తెలివితేటలు పనిచేసే పద్ధతి కంటె ఎక్కువ తేడా లేకుండా భగవంతుని తర్క వివేచన ఉంటుందని నీ వనుకుంటున్నట్లు కనిపిస్తోంది. కానీ అది కానే కాదు. అట్లాగని అది పక్షపాతరహితంగా సమీపించినవారందరి పైనా, అందరి ప్రార్థనల ప్రకారంగా పనిచేసే సార్వత్రిక దివ్యకారుణ్యం కాదు. అది మంచివారిని మాత్రమే ఎంచుకొని పాపాత్ములని తిరస్కరించేదీ కాదు. అది క్రూరుడైన సాల్ అనే వాడి (Saul of Tarsus) రక్షణకూ వచ్చింది; దుర్మార్గుడైన సెయింట్ ఆగస్టీన్ (St. Augustene) చెంతకూ వచ్చింది. ఇంకా అపకీర్తిపరులైన జగ్గాయ్, మధాయ్‌లకూ, బుద్ధిమంతులైన మానవుల పవిత్ర ఆచారాన్ని అప్రతిష్టపాలు చేసేటువంటి బిల్వమంగళుని వంటి ఎంతోమంది రక్షణకై ఆ దివ్యకరుణా కటాక్షం ప్రసరించింది. అది ధర్మపరులైనవారికీ లభిస్తుంది. అలా వచ్చి ధర్మపరమన్యత్వమనే వారి డాంబికాన్ని నివారించి వాటన్నటినీ మించిన

స్వచ్ఛచైతన్యం వైపుగా వారిని మళ్ళిస్తుంది. అది అన్ని ధర్మాలనూ, చివరికి సార్వత్రిక ధర్మాన్ని కూడా మించినటువంటి శక్తి. — ఆధ్యాత్మిక ద్రష్టలందరూ కూడా ధర్మాన్ని, దైవకృపనీ ప్రత్యేకంగానే చూశారు. అది విచక్షణారహితంగా మాత్రం పనిచేయదు. మనస్సుగానీ, మరో సాధారణశక్తిగానీ చూసి అర్థం చేసుకున్నట్లు గాక తనదైన దృష్టితో చూసి విషయాలను, వ్యక్తులను, సమయాలను, కాలాలనూ ప్రత్యేకంగా గుర్తిస్తుంది. మనస్సుతో గుణింపటానికి వీల్లేని ఇతర సాధనం ద్వారా వ్యక్తి లోపల చిక్కని తెరల మాటున దివ్యకారుణ్యానికి అనువైన స్థితిని తయారు చేస్తుంది. దైవకృప దిగివచ్చినప్పుడు ఆ దివ్యకారుణ్యమే పనిచేస్తుంది. మూడుశక్తులు అక్కడ ఉంటాయి:

1) కర్మ యొక్క విశ్వధర్మం కానీ మరొకటి గానీ 2) తన నియమ జాలాలలో ఎంతమందిపై పనిచేయగలదో అంతమందిపై పనిచేస్తూ వారి అవకాశాలు కల్పించే దివ్యకరుణ, 3) అగణితంగానూ మిగతావాటి కంటే అనివార్యంగాను పనిచేసే దివ్యకారుణ్యము. అయితే జీవితపు ఒడిదుడుకులకు అతీతంగా నిలబడి పిలుపు నందుకొని ఏ కష్టం వచ్చినా తట్టుకొని దివ్యకృప వచ్చి ప్రకాశించేవరకూ తనకు తాను తెరుచుకొని తయారుగా సంసిద్ధమయేది ఏదైనా ఉన్నదా అనే ప్రశ్న వస్తుంది. అది ఒక మానసిక చలనంగానీ, ప్రాణిక చలనంగానీ కాక అంతర్నేత్రానికి గోచరించే ఆంతరంగిక స్థితి కావాలి. అది అక్కడ ఉన్నట్లయితే అది ఎప్పుడైతే ముందుకొచ్చి క్రియాత్మకంగా అవుతుందో అప్పుడు, ఈ దైవకారుణ్యం పనిచేయగలదు. అది అక్కడ వేచి యుండి నిర్ణయాత్మక నిశ్చయంగానీ, మార్పుగానీ వచ్చినప్పుడు తన సంపూర్ణ కృపతో పనిచేస్తుంది. అది భవిష్యత్తుకు వాయిదాపడినా పడవచ్చు. ఏదైనా జీవిలోని ఒక భాగమో లేదా మరేదో కృపను గ్రహించే సంసిద్ధత లేనిది ఉండి అడ్డుపడి అలా జరగవచ్చు.

కానీ నీకు ఆ దైవానికీ మధ్య ఏ ఆలోచనగానీ సంఘటనగానీ అడ్డుపడటానికి అవకాశమెందు కివ్వాలి? నీ ఆకాంక్ష, ఆనందాలతో నీవు నిండారినప్పుడు దేన్నీ లెక్కచేయకు. నీకు నీ ఆకాంక్షా, ఆ దైవమూ తప్ప ఏదీ ముఖ్యం కాదు. దైవం శీఘ్రంగా, సంపూర్తిగా, సమగ్రంగా కావాలనుకున్నపుడు ఉండవలసిన వైఖరి ఇదే. ఆ భావన నిరపేక్షంగా, సాకల్యంగా నిన్ను ఆక్రమించినప్పుడు ఇక ఏదీ అడ్డు రాకూడదు.

ఇంకా భగవంతుని గురించి నీ మనసులో మెదిలే భావాలకు విలువేం ఉంటుంది? భగవంతుడు ఎలా ఉంటాడు? ఏం చేస్తాడు, ఏమి చేయకుండా ఉండాలి మొదలైన అడ్డుదిడ్డ ఆలోచనలు రావచ్చు. కానీ నీకు దైవమే ముఖ్యము. నీ చైతన్యం భగవంతుని ఆలింగనం కావించుకున్నప్పుడు నీకు దైవమంటే ఏమిటో తెలుస్తుందిగానీ ముందుగా తెలియదు. కృష్ణుడంటే కృష్ణుడే కాని ఆయన ఏం చేశాడు, ఏం చేయలేదు అనేది ముఖ్యం కాదు. ఆయనను చూడాలి, కలుసుకోవాలి. ఆ తేజస్సును, సన్నిధిని, ప్రేమను, ఆనందాలను అనుభవించాలి అనేదే ముఖ్యం. ఆధ్యాత్మిక ఆకాంక్ష అంటే అది. అదే ఆధ్యాత్మిక జీవితసూత్రము.

*

ఆధ్యాత్మిక శక్తి, దాన్ని గ్రహించగలగడం ద్వారా

ఆధ్యాత్మికశక్తి గనుక ఉన్నట్లయితే అది ఆధ్యాత్మిక ఫలితాలను ఉత్పన్నం చేయగలగాలి. ఆధ్యాత్మికశక్తే అసలు మూలమై మిగిలినవన్నీ దాని ఉత్పత్తులైతే ఆధ్యాత్మికశక్తి మానసిక, ప్రాణిక, దైహిక ఫలితాలను చూపించగలదని అనుకోవడంలో ఏ విధమైన అసమంజసమూ లేదు. అది మానసిక, ప్రాణిక, దైహిక సామర్థ్యాలతోనూ లేదా అవి ఉపయోగించే సాధనాల ద్వారా పనిచేయవచ్చు. లేక తన ప్రత్యేక శీఘ్ర చర్యకు క్షేత్రంగా మనస్సు, జీవితం, పదార్థాల పైనే సూటిగా పనిచేయవచ్చు. ఏ విధంగానైనప్పటికీ అది అనుకోగానే సాధ్యమవుతుంది. అస్వస్థతానివారణ తీసుకుంటే ఒక రోగి జ్వరంతో ఒళ్ళు నొప్పులతో బాధపడుతూ, ఏ మందూ వాడకుండా నీరసపడి, రెండ్రోజుల తర్వాత తగ్గించమని గురువుగారిని వేడుకుంటాడు. మర్నాడు ఉదయమే అంతా తగ్గి సుఖంగా, దృఢంగా నిద్ర లేస్తాడు. ఇతని విషయంలో అత నిపై ఒక శక్తి ప్రయోగం వల్ల ఆ ఆధ్యాత్మిక బలం పనిచేసిందని అనుకోవచ్చు. ఇంకొక సందర్భంలో మందులు ఉపయోగిస్తూ, అదృశ్యశక్తిని కూడా మందులతో పాటు తనకు సహాయం చేయమని పిలుచుకుంటే — మందులు పనిచేయవచ్చు, చేయకపోవచ్చునేది అందరికీ తెలిసిన విషయమే — చూసేవారికి (శక్తిని పంపించినవారు కానీ, వైద్యుడు కానీ, రోగి కానీ కాకుండా) బయటవారికి సందిగ్ధంగానే ఉంటుంది, మందులు వల్ల తగ్గిందా, లేక మందులొక సాధనంగా చేసుకుని ఆధ్యాత్మిక శక్తి పనిచేసి నివారణ జరిగిందా అని. ఏదైనా జరగవచ్చు. మందులు వాడాము కాబట్టి

ఆధ్యాత్మికశక్తి ఏమీ లేదు అని ప్రత్యక్ష ప్రమాణము లేనిది అనకూడదు; పైపెచ్చు వైద్యునికే తనలో ఏదో శక్తి పనిచేసి తనను నడిపించినట్లు భావన కలగవచ్చు, ఇంకా రోగి చాలా త్వరితగతిలో వైద్యశాస్త్రానికే అపురూపంగా కనిపించేటట్లు కోలుకోవటం అతనికి తెలియవచ్చు.

*

నీ కిదివరకే అంతా వివరించి చెప్పాను. నీకు వదిలిపెట్టేస్తే నీవేమీ చేయలేవనేది కూడా నిజము: ఇలా నీవు చేయలేనిది చేయడానికే నీవు ఆ శక్తితో సంబంధం పెట్టుకోవాలి. నీవు చేయవలసిందల్లా దాని పక్షాన్నుండి దాన్ని పనిచేయనివ్వాలి. అంటే దానిపై పూర్తి నమ్మకంతో, దాని పైనే ఆధారపడి, నిన్ను నీవు రొప్పు పెట్టుకోకుండా ప్రశాంతంగా దాన్ని తలచుకొని నిశ్శబ్దంగా పిలిచి నిశ్చలంగా చేయనివ్వాలి.

*

దైహిక చైతన్యాన్ని వివృతం చేసుకోవడం ద్వారా

...ఎల్లప్పుడు సరైన అంతర్గత సంతులత, బాహ్యంగానూ ఆంతరంగికంగానూ ప్రశాంతత, విశ్వాసము, శ్రీమాతకు, ఆమె శక్తికీ దైహిక చైతన్యాన్ని విప్పార్చుకొని యుండటం, ఇవే ఆరోగ్యం చేకూర్చుకోడానికి సరైన మార్గాలు. మిగిలినవన్నీ కొద్దిపాటి సాయానికి పనికివచ్చే ఉపాయాలు.

*

ఇంతకీ నేను చెప్పేదేమంటే దైహికచైతన్యం తన పాత చైతన్యపు అలవాటుకొద్దీ రోగశక్తికి తావిస్తుంది, దానితో బాటున్నవాటన్నిటినీ అనుభవిస్తుంది. ఉదాహరణకు ఛాతీలో కఫం పేరుకొని ఉక్కిరిబిక్కిరి అయి ఊపిరందకపోవటం వంటివి. దాన్నుంచి బయటపడాలంటే తన శరీరంలోనే సంకల్పాన్ని, చైతన్యాన్ని జాగృతంచేసి వాటి ద్వారా వీటి దుష్ప్రభావం పడకుండా ఆపుకోవాలి. అలా పూర్తిగా చేయాలంటే కష్టమే. ఆ దిశగా పనిచేయాలంటే మొదటగా నీ ఆంతరిక చైతన్యాన్ని దేహం నుంచి వేరు చేయాలి. అంటే జబ్బు పడింది నీవు గాదని అనుకోని, నీలో ఏదో చేరి నీ చైతన్యాన్ని బాధిస్తున్నట్లుగా భావించాలి. అలా చేసినప్పుడు ఈ దైహికచైతన్యాన్ని విడిగా చూసి, అది ఎలా బాధపడుతోందో, ఎలాంటి ప్రతీకార చర్యలు తీసుకుంటుందో, అది ఎలా పనిచేస్తోందో తెలుసుకోవచ్చు. అలా ప్రత్యేక చైతన్యాన్ని చూసి దానిపై

పనిచేసి దాన్ని దాని ప్రతిచర్యలనూ మార్చవచ్చు.

ప్రశ్న: చాలామంది నిష్క్రియత్వాన్ని, స్తబ్దతగా పొరబడతారు. నేనూ చాలా కాలం అలాగే అనుకున్నాను. నాకు సుస్తీ చేసినప్పుడలాగే ఊరక ఉండిపోయాను. అప్పుడు నాకు తెలిసింది, నేను దానిని ఆమోదిస్తున్నానని.

శ్రీఅరవిందులు: నిష్క్రియత్వంగా ఉండటమంటే ఉన్నతశక్తికి విప్పారటమేగానీ స్తబ్దత కాదు.

*

నిష్క్రియత్వం నిశ్చేష్టతకు దారి తీయకూడదు — కాకపోతే అది జీవిలో స్తబ్దతకు దారి తీస్తుంది. పై నుంచి వస్తున్నదానికి మాత్రం లోలోపల నిశ్చేష్టితంగా ఉండటమే మంచిది — స్తబ్దతతో కూడి నిష్క్రియత సరైనది కాదు.

*

ఆకాంక్ష, పిలుపు, ప్రార్థన ద్వారా

దివ్యప్రభావానికి వివృతులమై యుండటమే ఈ యోగంలోని ప్రధాన సూత్రము. అది నీకు పైనే ఉంది. నీవు దాన్ని తెలుసుకొని చైతన్యవంతుడవై, దాన్ని నీలోకి ఆహ్వానించుకోవడమే నీ పని. అది ఒక శాంతిగా, ఒక జ్యోతిగా, ఒక పనిచేసే శక్తిగా, స్వరూపంగానో లేక రూపరహితంగానో భగవంతుని ప్రత్యక్షతగా, ఆనంద రూపంగా, నీ దేహంలోకీ, నీ మనస్సులోకీ దిగివస్తుంది. ఈ చైతన్యం కలిగే లోపునే వివృతం కావటానికై విశ్వాసంతో ఆకాంక్షించాలి. ఆకాంక్ష, పిలుపు, ప్రార్థన ఏదైనా అర్థం ఒకటే కాబట్టి అన్నీ ఫలప్రదమైనవే. నీకు సులభంగా ఉండేదాన్ని నీవు స్వీకరించవచ్చు.

*

అదేమీ సిద్ధాంతం కాదు గానీ, ఒక నికరమైన అనుభవము. అది అలా పైభాగాన వచ్చినప్పుడు భౌతికదేహంలోని చైతన్యానికి పైగా శాంతి, కాంతి, శక్తి, ఆనందాల విస్తృతి, సమృద్ధి ఏర్పడతాయి. అది మనకి తెలిసిపోతుంది. దాన్ని క్రమంగా భౌతికచైతన్యంలోకి తెచ్చుకోవచ్చు. మొదట్లో అప్పుడప్పుడే అయినా, క్రమంగా వెంటవెంటనే తెచ్చుకొని చివరకు స్థిరంగా చేసుకోవచ్చు. అది ఇంకా పూర్తిగా నిలిచిపోయి మన నిత్యకృత్య చైతన్యపు మూలాన్నే మార్చేయగలదు. అది పైన

ఉన్నప్పుడు నీవు గమనించటానికి ముందే నీలో ప్రవేశిస్తున్న భావన కలుగుతుంది. చేయవలసినందల్లా దాని కోసమై ఆకాంక్షిస్తూ, మనస్సును నిశ్చలంగా చేసుకుంటే వివృతమనేది సాధ్యపడుతుంది.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదము: అమరవాది ప్రభావతి, అమరవాది వేంకటరామశాస్త్రి

ఆంతరంగిక మార్గాల ద్వారా అనారోగ్య నివారణ

సంకల్పబల ప్రయోగము

వ్యక్తి తన అనారోగ్యాన్ని అంతరంగిక చర్య ద్వారా తప్పక కుదుటపరచుకోవచ్చు. కాని, అన్ని వేళల అది సులభ సాధ్యము కాదు; కారణము, భౌతిక పదార్థములో నిరోధకతత్వము అధికంగా ఉంటుంది. జడత్వకారక నిరోధక తత్వము. ఇందుకు అలసత్వము లేని పట్టుదల అవసరము; మొదట్లో చేపట్టిన ప్రయత్నము విఫలము కావచ్చు లేక రోగలక్షణాలు ముదరవచ్చు, కాని, క్రమక్రమంగా శరీరము పైన మరియు వ్యాధి పైన అదుపు అధికమౌతుంది. మరో మాట, అప్పుడప్పుడు సోకే వ్యాధిని అంతరంగిక సాధన ద్వారా నయము చేయుట ఇతర చికిత్సల కన్నా సులభము. కాని, ముందు శరీరానికి దానిని నిరోధించే శక్తిని కలిగించుట చాలా కష్టము. ఒక దీర్ఘకాలిక వ్యాధితో తలపడుట కష్టముతో కూడుకున్న పని. అప్పుడప్పుడు సంభవించే శరీరవ్యాకులతను కుదుటపరుచుట కన్న దీర్ఘకాలిక వ్యాధిని పూర్తిగ కుదుటపరచుట చాలా కష్టము. శరీరంపై అదుపు దోషభూయిష్టమై ఉన్నంతకాలము ఇట్టి ఆటంకాలతోపాటు మరెన్నో అవాంతరాలు, ఒడుదొడుకులు ఉంటూనే ఉంటాయి.

అంతరంగిక చర్య ద్వారా వ్యాధి తీవ్రతను నివారించగలిగితే, అది కూడ కొంత మెరుగే. అప్పుడు అభ్యాసము ద్వారా నిరోధకశక్తిని పూర్తి స్వస్థత చేకూర్చే స్థాయికి బలోపేతం చేయవచ్చు. ఆ శక్తి పూర్తిగ సమీకృతము కానంతవరకు, భౌతికసాధనాల సహాయమును, పూర్తిగా నిరాకరించకూడదని గమనించాలి.

ప్రశ్న: శారీరక అస్వస్థత పట్ల సాధకుని వైఖరి ఎలా ఉండాలి?

అన్నిటి కన్నా ముందు ప్రాణికసత్తాలోను మరియు మానసికంగాను అతడు



నిర్లిప్తుడై ఉండాలి. అస్వస్థత ప్రకృతిశక్తుల యొక్క ప్రభావ ఫలితము. అతను తన సంకల్పాన్ని అస్వస్థతను తిరస్కరించుటకు వినియోగించాలి. ఆతని సంకల్పము దైవసంకల్పానికి ప్రత్యామ్నాయంగా వాడబడాలి. ఎప్పుడైతే దైవసంకల్పం ఆధారములోకి అవరోహిస్తుందో అప్పుడది సాధకుని సంకల్పము ద్వారా పరోక్షంగా పనిచేయుటకు బదులు ప్రత్యక్షంగా వ్యవహరించి అస్వస్థతను నిర్మూలిస్తుంది.

*

అస్వస్థతపై సంకల్పము అని అనుటలోని ఆంతర్యము, శరీరములో అస్వస్థతను అంగీకరించేది ఏదో ఉన్నదని, దానిని అమలుపరచే కొన్ని స్పందనలు కూడా దానికి కలవని — అందువలన ఈ అత్యంత శారీరక లొంగుబాటును అధిగమించుటకు గాను జీవి యొక్క చైతన్యభాగాలలో ఒక ప్రతికూల సంకల్పము ఎల్లప్పుడు మెదులుతుండాలి.

*

సంకల్పము మానసిక ప్రయత్నము కాదు. వ్యక్తులు వారి కోరికలను తీర్చుకొనుటకు చేసే సాధారణ ప్రాణిక ప్రయత్నమూ కాదు. తీవ్ర ఆకాంక్ష కూడ కాదు; ఒక పోరాటము గాని, పెనుగులాట గాని, ఆందోళన గాని కాదు. అది నిశ్చలమైనది. నిశ్చలస్థితిలో నున్నప్పుడు, నిజానికి అది ఒక అనంతశక్తి అవతరించి కార్యాచరణ గావించుట కోసం ఇచ్చే పిలుపు. స్వభావాన్ని అదుపులో ఉంచి పనిచేసే సంకల్పము ఒకటి ఉంది. అదుపు చేయుట కన్న అనంతశక్తి అవతరణ కొరకు ఎంతో ప్రార్థనా పూర్వకంగా ఆకాంక్షించే సంకల్పము మరొకటుంది. దైవసంకల్పమే మహోన్నతమైన సంకల్పము. అన్ని విజయాలకు ఆవశ్యకమైనది అదే. అది స్వయంచాలకమైనది.

*

భావనాశక్తి మరియు విశ్వాసము

అస్వస్థతను లేక అనారోగ్యాన్ని కలిగించే భావసూచనలు సాధారణంగా అవచేతన ద్వారా సంక్రమిస్తాయి. దీనికి కారణము దేహంలో అధికభాగము — భౌతిక ప్రధానమైన భాగము — అవచేతనను అనగా ఒక అస్పష్ట చైతన్యమును కలిగి వుంటుంది. అది ఎంత అస్పష్టముగ, ఎంతగా తనలో తాను మూయబడి వుంటుందంటే, దాని కదలికల గురించిగాని లేక అక్కడ జరిగేదేమిటనిగాని మనస్సుకు తెలియదు. ఏమైనప్పటికి

అదొక చైతన్యము. మానసిక, ప్రాణమయ కోశముల మాదిరిగ బాహ్యశక్తుల నుండి భావసూచనలను అందుకోగలదు. అలా కానట్లయితే, అది దివ్యశక్తికి తెరుచుకొని ఉండే సంభావ్యత గాని, ఆ శక్తి స్వస్థత చేకూర్చే అవకాశము గాని ఉండేది కాదు. ఎందుకనగా చైతన్యము లేకుండ అది ప్రతిస్పందించలేదు. ఇప్పుడు యూరపు మరియు అమెరిగా దేశాలలో ఎందరో జనులు ఈ వాస్తవాన్ని గుర్తించి వారి వ్యాధులను చైతన్యపూరితమైన మానసిక సూచనలను శరీరానికి అందించుట ద్వారా అవచేతనలో అస్వస్థతను కలిగించే అస్పష్టమైన, గోప్యమైన సూచనలను వమ్ము చేసి స్వస్థత పొందేవారున్నారు. ఫ్రాన్స్‌లో గొప్ప పేరుపొందిన డాక్టరు ఒకరుండేవారు. అతడు చైతన్యపూరితమగు మానసిక సూచనలను జనుల శరీరాలపై ఎడతెగకుండ ప్రయోగింపజేసి, తద్వారా వేలమందికి స్వస్థత చూకూర్చగలిగాడు. దీని వలన అనారోగ్యము కేవలము ఒక భౌతికకారణము వలన కలుగదని, అది శరీరంలోని గుప్తచైతన్యము, అలజడికి లోనగుట వలన కలుగుతుందని రుజువగుచున్నది.

*

ఈ స్వయం సూచనలు — నిజానికివి మానసికరూపంలో వున్న విశ్వాసము — అంతఃచేతనపైన మరియు అవచేతనపైన వాటి ప్రభావము చూపిస్తాయి. అంతః చేతనలో అంతఃస్సత్తా శక్తులను కార్యోన్ముఖము గావిస్తాయి. దాని అతీంద్రియ శక్తి, ఆలోచన, సంకల్పము సాధారణ చైతన్యశక్తి శరీరానికి ప్రయోజనము చేకూరుస్తాయి. అవచేతనలో ఆరోగ్యము తిరిగి పుంజుకొనుటను అడ్డుకునే మారక మరియు అనారోగ్య సూచనలను (వ్యక్తములు, అవ్యక్తములు) నిర్వీర్యపరుస్తాయి, లేదా నిరోధిస్తాయి. దీనికి తోడు మానసిక, ప్రాణిక మరియు శారీరక చైతన్యములో పొడ చూపే ప్రతికూల సూచనలను కూడ ప్రతిఘటించుటలో తోడ్పడతాయి. ఎక్కడైతే ఇది పూర్తిగ లేక కొద్దిపాటిగనైన నిర్వర్తించబడుతుందో అక్కడ చెప్పుకోదగిన ప్రయోజనాలు చేకూరుతాయి.

*

విశ్వాసము కలిగించుట ద్వారా జీవకణాలలో వ్యాధిని నయము చేయవచ్చుననుట వాస్తవము. అది ప్రకృతి ధర్మము. యోగప్రక్రియ ప్రమేయము లేని ఎన్నో సందర్భాలలో ఇది నిరూపించబడింది. విశ్వాసం కలిగించుటకు మరియు ఇతరములైనవాటికి కూడ పొందుటకు మార్గము. వాటిని చేజిక్కించుకునేవరకు పట్టు విడువకపోవటమే.

వాటిని పొందేంతవరకు నిరుత్సాహాన్ని, నీరసాన్ని, ఓటమిని తిరస్కరించాలి. ఆలోచన, ఆకాంక్ష కలిగిన జీవుల ఉనికి ఈ కరుడుగట్టిన ప్రపంచంలో ప్రారంభమైన నాటి నుండి, అన్నీ ఈ మార్గంలోనే పొందబడ్డాయి. వ్యక్తి అన్ని వేళలా అరమరికలు లేకుండ వివృతంగ వుండాలి. ఎల్లప్పుడు దివ్యతేజానికి తెరచుకుని అజ్ఞాన తిమిరానికి పరజ్ముఖుడై ఉండాలి. "నీవు చేయలేవు, నీవు చేయకూడదు, నీకు చేతకాదు, నీవు కలలో కీలుబొమ్మలాంటి వాడివి", అని ఎడతెగకుండ వినిపించే స్వరాలను పెడచెవిని పెట్టాలి. కారణం అవి కఠోర శత్రుస్వరాలు. వ్యక్తికి అందుబాటులోకి వచ్చిన ఫలితాన్ని దూరము చేసి, విజయగర్వముతో ఆ నిష్ఫలితాన్ని తమ సిద్ధాంతానికి తార్కాణంగా ఎత్తి చూపుతాయి. ఈ కృషి ఎంత కష్టముతో కూడుకున్నదో తెలిసిన విషయమే కాని అసాధ్యమైనది మాత్రం కాదు — కష్టమే సర్వదా సాధించబడింది. ప్రపంచ చరిత్రలో కంతా అత్యంత విలువైనది. కష్టాలపై గెలుపు సాధించుటయే.

*

శారీరక బంధము నుండి విముక్తి

ఒక్కసారి మన మేధలో 1) కనిపించేదంతా సత్యము కాదు 2) ఆత్మ శరీరముగాని, ప్రాణముగాని, మనస్సుగాని కాదు — కారణము, ఇవన్నీ ఆత్మయొక్క ఆకృతులు మాత్రమే — అనే నిర్ధారణకు వచ్చినట్లయితే, మన మొట్టమొదటి చర్య మనస్సు జీవాత్మతో సరైన సంబంధము ఏర్పరచుకొనుటకు వీలుగ ప్రాణముతోను, దేహముతోను దానికున్న క్రియాశీల సంబంధాన్ని సరిచేసుకొనుట కావాలి. మనకు ఇదివరలో సుపరిచితమైన ప్రక్రియతో దీనిని అతి సులభముగ సాధించవచ్చు. అది ప్రకృతి పురుషుల మధ్య వియోగము ఏర్పరచుట. ఎరుక కలిగి శాసించగల పురుషుడు అనబడే ఆత్మ, తాను స్వయంగ క్రియాశీల చైతన్యశక్తియొక్క కార్యకలాపాలలో చిక్కుకున్నందువలన, భౌతికకార్యములను నిర్వర్తించే శరీరముగ పిలువబడేది తానేనని పొరబడతాడు. ఎరుక గలిగి శాసించగల ఆత్మయే తన స్వంతప్రకృతి అని మరచిపోతాడు; తన మనస్సు, తన ఆత్మ, శారీరక ధర్మానికి, దాని కార్యాచరణకు బద్ధులని నమ్ముతాడు. తన భౌతిక ఆకృతి కన్న తాను అధికుడనని, మరెన్నో ఇతర లక్షణాలను కూడ కలిగి ఉన్నవాడినని మరచిపోతాడు. మనస్సు వాస్తవానికి

భౌతిక పదార్థానికన్న ఎంతో గొప్ప దైనందున దాని అస్పష్ట, అర్థరహిత చర్యలకు, ప్రతి స్పందనలకు మందకొడి అలవాట్లకు, అసమర్థపు అలవాట్లకు లోబడి ఉండకూడదనే విషయం మరచిపోతాడు; తాను మానసికసత్తాను తన కన్న మిన్నగ చేయగల అనంతశక్తి కన్నా ఉన్నతుడనని మరచిపోతాడు; తాను యజమానినని, సర్వాతీతుడ నని, యజమాని తన స్వంత కార్యకలాపాలకు తానే బానిసగ మెలగుట సరి కాదని, తన అస్తిత్వమునందే తానొక విలువ లేని బందీగ నుండుట సబబు కాదనే విషయాన్ని విస్మరిస్తాడు. పురుషుడు తన శరీరము ఒక కార్యాచరణకు సాధనమేనని మరియు అది ప్రకృతి కుండే ఏకైక సాధనమని ముందుగ జ్ఞప్తి యందుంచుకుని, తన నిజ స్వభావాన్ని కూడ జ్ఞప్తికి తెచ్చుకుని, ఈ మతిమరుపునంతటిని నయం చేసుకోవాలి.

*

చైతన్యపు ఒత్తిడి కేంద్రీకరణ

చైతన్యము తనకై తాను ఎచ్చట నిలుస్తుందో, ఎచ్చట కేంద్రీకృతమౌతుందో అనే దానిపైన ఇది ఆధారపడి ఉంటుంది. చైతన్యము తనకై తాను అహము నందు నిలచి దానియందే కేంద్రీకృతమైనట్లయితే, నీవు అహముతో తాదాత్మ్యము ఏర్ప రచుకున్నట్లు భావించాలి. అదే విధంగా మనస్సునందు జరిగినట్లయితే, మనస్సు తోను దాని కార్యకలాపాలతోను తాదాత్మ్యము ఏర్పరచుకున్నట్లు భావించాలి. చైతన్యము ఒత్తిడిని బహిర్భాగమునునందు నిలిపినట్లయితే అది బాహ్యసత్తలో జీవి స్తున్నట్లుగ పరిగణించాలి. అప్పుడు దానికి తన అంతర్మానసము, ప్రాణికము మరియు లోనున్న ఆత్మశక్తి యొక్క స్మృతి ఉండదు. అంతర్భాగము లోనికి ప్రవేశించి ఒత్తిడిని అక్కడ కేంద్రీకరించినట్లయితే అప్పుడు స్వయంగ తానే అంతః స్సత్తాననే అవగాహన దానికి ఏర్పడుతుంది. మరింత లోతుగ చొచ్చుకొనిపోతే తానే చైత్యపురుష సత్తానని తెలుసుకుంటుంది. చైతన్యము శరీరము నుండి బహి ర్గతమై, ఏ భూమిక లందైతే ఆత్మ సహజంగ తన వైశాల్యతను స్వేచ్ఛను గురిం చిన అవగాహన పొందగలుగుతుందో, ఆ భూమికలకు ఎదిగినట్లయితే అప్పుడు తానే జీవాత్మనని మరియు మనస్సుగాని, ప్రాణముగాని, శరీరముగాని కానని తనకై తాను తెలుసుకుంటుంది. ఈ చైతన్యపు ఒత్తిడియే వ్యత్యాసము లన్నింటిని సృష్టించేది.

అంతర్ముఖులమై జీవించుట నేర్చుకోగలిగితే తప్పక మనలోని అసలైన నిజ ఆత్మ ఉనికికి ప్రేరితులమౌతాము. ఈ ఉనికి అపారమైనది, ప్రశాంతమైనది, ఆనం దమయమైనది, అత్యంత శక్తివంతమైనది, లోకానికి కట్టబడనిది — స్వయంగా తానే పరమాత్మ కాకపోవచ్చు గాని అంతరంగంలో అపార దివ్యతేజముతో విరా జిల్లుతున్న అంతర్యామి యొక్క కాంతికిరణ ప్రసరణ. అంతరంగమందుంటూ పైకి ప్రస్ఫుటంగా కనిపించే జీవికి ఆసరాగా సహాయపడుతూ దాని కష్టసుఖాలను, ఒక పసిపాప పొరపాట్లను, ఆరడిని చిరునవ్వుతో ఎలా గమనిస్తామో ఆ విధంగా గమనిస్తూండే ఆ భగవంతుని ఉనికి మనకు అవగతమే. మనలోకి మనం అంతర్ముఖంగా పోగలిగి, బాహ్య అనుభవాలతో గాక పరమాత్మ యొక్క తేజోమయ ఉపచ్ఛాయతో తాదాత్మ్యము ఏర్పరచుకోగలిగితే, లౌకిక సంబంధాల పట్ల కూడ అదే వైఖరితో మెలగవచ్చు. శారీరక, మానసిక మరియు ప్రాణికసత్తాలకు కలిగే సుఖదుఃఖాలకు మన చైతన్యమునందు స్పందించుట మాని, వాటిని అనుభవాలుగ స్వీకరించాలి. వాటి ప్రభావము పైపైన కలిగేదే కాబట్టి, మన అంతరంగాన్ని గాని, నిజసత్తాను గాని అవి అంటలేవు. మరియు ప్రభావితం చేయలేవు. భావప్రకటనను సమగ్రంగా వ్యక్తపరచగలిగే సంస్కృత పరిభాషలో మనోమయ కోశము వెనుక ఆనందమయ కోశము ఉంది. పరిమితుడైన మానసికజీవి వెనుక అత్యంత పరమానందమయుడైన జీవి ఉన్నాడు. ఇందులో మొదటిది రెండవదాని యొక్క ఛాయారూపము. ఒక అస్థిరమైన ప్రతిబింబము. మనలను గురించిన సత్యము మన అంతరంగములోనే ఉన్నది గాని, బాహ్యమునందు కాదు.

*

శాంతి మరియు సహజజ్ఞానము, చైత్యపురుష సత్తాలో ఉపస్థితమై ఉండి, అక్కడ నుండి మానసిక, ప్రాణిక మరియు శారీరక సత్తాలకు విస్తరిస్తుంది. బాహ్యభౌతిక చైతన్యమునందు ఏర్పడిన ప్రతిబంధకము మాత్రం, మరింతగా కొనసాగే ప్రయ త్నంలో కొన్నిసార్లు భౌతికమానసములోను, కొన్నిసార్లు నరాలలోను, కొన్నిసార్లు శారీరక రుగ్మతరూపంలోను, దేహంలోను, అస్థిరతను కలుగజేస్తుంది. ఈ ప్రతి బంధకాలన్నీ తొలగగలవు, తొలగిపోవాలి కూడ. కడుపు నొప్పులు, కంటిజబ్బులు,

మొదలగు అనారోగ్య లక్షణాలన్నీ, ప్రశాంతత మరియు శక్తి నరాలలోను, జీవకణా లలోను పుంజుకొనుటతో పూర్తిగ నయం కాగలవు.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదము: అందుగులపాటి కైలాసపతి, జానకి

అనుబంధం:

భయం ఎందుకు కలుగుతుంది?

మన అహంకారం వల్లనే, ముఖ్యంగా యిందుకు మూడు కారణాలు కనిపిస్తాయి. మొదటిది మన భద్రత పట్ల అతి జాగ్రత్త, రెండవది మనకు తెలియనిదెపుడూ అభద్ర తాభావాన్ని కలిగిస్తుంది. అది మన చేతనలో భయంగా అనువదించబడుతుంది. అన్నింటినీ మించి భగవంతునిలో స్వచ్ఛందమైన నమ్మకం లేకపోవటం, విషయాలను తగినంత లోతుగా తరచి చూచినపుడు యిదే అసలైన కారణంగా కనిపిస్తుంది. ఆ తత్త్వ మొకటి ఉన్నదనే దృష్టి లేనివారు కూడా కొందరుంటారు. వాళ్ళకిలా చెప్ప వచ్చు, "మీకు విధిపైన నమ్మకం లేదు లేదా భగవంతుని కృప గురించి మీకేమీ తెలియదు". ఏది ఏమైనా మీ కిష్టమైన ఏ రీతిలో భావించినా విషయం యొక్క మూలం మాత్రం నమ్మకం లేకపోవటమే. అన్ని పరిస్థితులలోనూ మంచి జరుగుతుం దనే భావన ఎప్పుడూ కలిగి ఉంటే మీకు భయం ఉండదు.

*

భయం అచేతన యొక్క లక్షణం. ఇది అజ్ఞానం నుండి వచ్చే ఆందోళన. ఒక విషయం యొక్క స్వభావం తెలియనప్పుడు దాని ఫలితం ఏమిటి? మన చేతన పరిణామాలు ఏమిటి? ఇలా ఎన్నో విషయాలు మనకు తెలియవు. ఈ అజ్ఞానం భయాన్ని కలిగిస్తుంది. మనకి తెలియని విషయాలు భయాన్ని కలిగిస్తాయి. ఒక పసి బిడ్డను పరిచయంలేని వ్యక్తి ముందు ఉంచినపుడు (నేను జాగృతమైన చేతన కలిగిన బిడ్డ గురించి కాక, ఒక సాధారణమైన బిడ్డ గురించి చెప్పుచున్నాను.) మొదట కలిగే స్పందన భయమే. చాలా అరుదైన పిల్లలు ప్రత్యేకమైన చేతన కలి గినవాళ్ళు మాత్రమే చాలా ధైర్యంగా ఉంటారు. అది కూడా ఒక విధమయిన

ఆందోళన, భయం, కీడు శంకించే నైజం. జన్మతః ఉండే ప్రమాదాన్ని పసిగట్టగలిగే సంవేదన కలిగి, అందుకు పరిష్కారం తెలియనపుడు, తనను తాను ఆ విపత్తునుండి కాపాడుకోలేకపోయినపుడు — అప్పుడు భయం కలుగుతుంది. భయానికి అసంఖ్యాకమయిన కారణాలున్నాయి. కానీ ప్రతి సందర్భంలో అది అచేతనాజనితమే.

అన్నీ తెలిసిన చోట భయం లేదు. పూర్తిగా జాగృతమైన అన్నీ విదితమయిన పరిపూర్ణ చేతనలో భయానికి అసలు తావు లేదు. తమోమయమయిన దానిలోనే ఎపుడూ భయం ఉంటుంది.

క్రైస్తవమతంలో ఈడెన్ తోటలోని యాపిల్ తినటం వలన — జ్ఞానంతో భయం వచ్చిందని చెప్తారు. ఈ భయమే మానవాళి జీవితాలను పాలిస్తోంది. ఈ సందర్భంగానే, జంతువులకు కూడా భయం ఉంటుందని, నేను మళ్ళీ మళ్ళీ వాదిస్తాను. మరి జంతువులు యాపిల్ తినలేదు, ఏ పాపం చెయ్యలేదు, మరి వాటికి ఏ రకమైన భయం ఉండకూడదు. అవి తమ పరిమితమైన చేతన, మూఢమైన అంతర్బుద్ధితో కలిసి ప్రమాదాన్ని పసిగట్టగలుగుతాయి, కాని దానికి పరిష్కారాన్ని తెలుసుకోలేవు. ప్రాణమయ భూమికలో కొన్ని వినాశకర శక్తులు దైవకార్యానికి వ్యతిరేకంగా పోరాడటానికి భయాన్ని అమితంగా ఉపయోగించుకుంటాయి. భయం ద్వారానే మానవులను తమ గుప్పెట్లో ఉంచుకుంటాయి, ఉపయోగించుకుంటాయి. ఈ శక్తులే కాక అన్ని రాజకీయ, మతసంబంధమైన విధానాలన్ని ఆ రకమైనవే. చాలా మతసంబంధమయిన శక్తులు కూడా యిలానే పనిచేస్తాయి. తాము విధించిన నియమాలను మూఢంగా నమ్మ నట్లయితే మరణభయంతోనో, ఆ తర్వాత జరిగే పరిణామాలతోనో, మరణానంతరం పడే బాధలతోనో భయపెడుతూ ఉంటారు.

ఈ భయం వ్యతిరేకభావన వలన లేదా దేనిపట్ల అయినా విముఖత, అయిష్టత, ఉన్నపుడు కూడా కలుగవచ్చు. కొంతమందికి నీళ్ళంటే భయం, కొంతమందికి నిప్పు అంటే భయం. మరికొంత మందికి ఏదో ఒక జంతువు అంటే భయం ఉంటుంది. ఇది ప్రాణిక ప్రకంపనల అపశ్రుతి వలన కలుగుతుంది. తరువాత అది శరీరం యొక్క అచేతనలో భయంగా అనువదించబడుతుంది. అది స్వతహానే ఉండి అలవాటుగా మారుతుంది. భయంకరమైన అచేతన అది. స్వల్పంగా అందులో చేతనను నింపాలంటే ఎంతో శ్రమించాల్సి ఉంటుంది.

భయం నివారణకి పలుమార్గాలు

ప్రశ్న: శ్రీమాతా ఎవరికైనా భయం వేసినపుడు ఏం చెయ్యాలి?

జ: అది నువ్వెవరివి?, అనే దానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది. భయాన్ని నివారించటానికి అనేక మార్గాలున్నాయి. మీకు మీ చైత్యపురుషచేతనతో అనుబంధం ఉన్నట్లయితే వెంటనే దానిని పిలవండి. ఆ అంతరాత్మ వెలుగులో అన్నిటినీ సక్రమం చేసుకోండి. ఇది ఎంతో శక్తివంతమయిన మార్గం.

ఒక వేళ అంతరాత్మలో అనుబంధం లేనట్లయితే మీ వివేచనాశక్తిని వినియోగించండి. నీకు నీవే, నచ్చచెప్పుకోవాలి. భయం చాలా చెడ్డదనీ, ప్రమాదం సంభవించినప్పటికీ, భయంతో ఆ ప్రమాదాన్ని ఎదుర్కోవటం తెలివితక్కువ అనీ వివరించి చెప్పాలి. నిజంగా ప్రమాదం ఉన్నట్లయితే ధైర్యంతో మాత్రమే దాని నుండి బయటకు రావటానికి అవకాశం ఉంటుంది. మీలో ఏమాత్రం భయం ఉన్నా మీరు దొరికిపోయినట్లే. ఈ విధమైన తర్కంతో మీలో ఏ భాగం అయితే భయానికి లోనవుతుందో దానిని అనునయించి భయం లేకుండా చెయ్యాలి.

మీకు భగవంతుని పట్ల విశ్వాసం ఉండి పరిపూర్ణ సమర్పణ చేసికొని ఉంటే మరొక సరళమయిన మార్గం ఉంది. "నీ సంకల్పానుసారమే కానివ్వు. నా జీవితాన్ని నడిపించేది నీవే అయినపుడు మరేదీ నన్ను భయపెట్టలేదు. నేను నీ వాడను — నీ దానను. నాకు మార్గం చూపేది నీవే", అని అంటే, అది వెంటనే పనిచేస్తుంది. అన్నింటికన్నా సర్వశక్తివంత మయిన పద్ధతి యిదే. కాకపోతే మీరు దైవానికి నిజంగా అధీనులై ఉండాలి. అప్పుడు భయం ఒక కలలా కరిగిపోతుంది. మీపై దుష్ప్రభావాన్ని చూపే ఆ విషయం కూడా భయంతో పాటు అంతర్ధానమయిపోతుంది. అది ఎంతో వేగంగా పరిగెత్తిపోవడాన్ని మీరు చూస్తారు.

అధికమైన ప్రాణశక్తిని కలిగి ఉన్నవాళ్లని చూస్తూ ఉంటాం. వీళ్ళు మంచి యోధులు. ప్రత్యర్థి ఎదురైన వెంటనే తలలు ఎత్తి 'ఇక్కడ శత్రువు వున్నాడు, మనం అతనిని క్రింద పడగొడదాం' అంటారు. కానీ అందుకు ఎంతో పరిజ్ఞానం అవసరం, దానికి తోడు అనంతమయిన శక్తి కూడా. ఇలా ఎన్నో విభిన్నమయిన మార్గాలున్నాయి. నీ స్వభావానికి తగిన మార్గమేదో ఎంచుకొని ఉపయోగించుకోవటం తెలుసుకుంటే అన్నీ మంచివే.

ఇప్పుడు చాల సులభమైన చిన్న చిట్కా చెప్తాను. ఇది మన వ్యక్తిగతమైన లౌకిక జ్ఞానంతో ముడిపడి ఉంటుంది. మిమ్మల్ని మీరు గమనించుకోండి. మీరు భయ పడినపుడు, ఆ భయం మీరు దేనిని గురించి భయపడుతున్నారో దానిని ఆకర్షిస్తుందనే విషయాన్ని గమనించండి. మీరు ఏదైనా వ్యాధి గురించి భయపడుతుంటే, మీరా వ్యాధిని ఆకర్షిస్తున్నారని తెలుసుకోండి. మీరు ఒక ప్రమాదం గురించి భయపడుతుంటే, ఆ ప్రమాదాన్ని ఆకర్షిస్తున్నట్లే. మీరు మీలోకి, మీ చుట్టూ చూసుకున్నట్టయితే అది నిలకడయిన సత్యంగా మీరు గ్రహిస్తారు. మీకు ఈ కనీసజ్ఞానం ఉన్నట్లయితే మీరే అంటారు దేని గురించయినా భయపడటం తెలివితక్కువతనం అని, అలా చేయటం వలన దానిని చేతులారా ఆహ్వానించినవారమవుతాం. ఎవరైనా శత్రువు మనల్ని చంపాలనుకున్నపుడు — అతని దగ్గరకు వెళ్ళి, 'నువ్వు నన్నే చంపాలనుకుం టున్నావు' అని చెప్పం కదా. ఇదీ అలాంటిదే. భయం మంచిది కాదు. కాబట్టి మనం దానిని కావాలనుకోం. మీరు మీ వివేచనతో దానిని నివారించలేకపోతే మీ మీద మీకు నియంత్రణ లేదనే అర్థం. అందుకు మీరు కొంత పరిశ్రమించాలనే విషయాన్ని సూచిస్తుంది. అంతే.

*

తాత్త్వికచింతన కలవారికి ఏ విషయం వలననైనా భయం కలిగినపుడు అన్నిటికన్నా ఉత్తమమయిన మార్గం భగవంతుణ్ణి తలచుకోవటమే. ఆయన బాహువులలో ఒదిగిపోవటమో లేదా ఆయన పాదాల చెంత అన్నీ విడిచి బాహ్యాంతరాలలోను సర్వత్ర సంభవించే అన్నింటికీ ఆయనే బాధ్యుడుగా భావించటంవలన వెంటనే భయం మటుమాయమయిపోతుంది. తాత్త్వికులకు అదే చికిత్స. అన్నిటికన్నా సులభమయినది. కానీ తాత్త్వికులు కాగలిగే సదవకాశం అందరూ పొందలేరు.